PŁYWANIE

nr 1-6



Redaguje Redakcja Miesięczników Fachowych i Kolegium Sekcji Pływania GKKF w składzie: St. Pękala, H. Jaworowski, J. Nogaj, E. Majchrzak, Z. Wieliński, J. Pudło, J. Biliński.

RSW „PRASA "
WYDAWNICTWO „PRASA SPORTOWA"
REDAKCJA „MIESIĘCZNIKÓW FACHOWYCH"
ADRES REDAKCJI — WARSZAWA, UL. KREDYTOWA 1, TEL. 684-29.

Cena egzemplarza — 5 zł. Zamówienia na prenumeratę indywidualną na miesiące III kwartału przyjmować będą wszystkie urzędy pocztowe i listonosze do 10 każdego miesiąca, poprzedzającego okres zamówienia prenumeraty.

Począwszy od IV kwartału będzie przyjmowana normalna prenumerata kwartalna.
Instytucje i zakłady pracy, znajdujące się w miastach będących siedzibami oddziałów i delegatur Ruchu zamawiają prenumeratę w oddziałach i delegaturach Ruchu.

Pabianickie Zakłady Graficzne D-7-779 Nakład 4 000 egz. Zam 542-56

PŁYWANIE

MIESIĘCZNIK
ORGAN SEKCJI PŁYWANIA
Głównego Komitetu Kultury Fizycznej

Nr 1 LIPIEC 1956

URODZINOWE GRATULACJE

HENRYK HUBERT
Przewodniczący Sekcji Sportu Pływackiego

DZIEŃ, w którym przychodzi na świat nowa żywa istota jest w każdej rodzinie dniem prawdziwie radosnym.

Oto i nasza pływacka rodzina doczekała się swego radosnego dnia, w którym ukazuje się pierwszy numer od dawna oczekiwanego pisma „Pływanie". Nielekki był to poród i w niemałych bólach pismo to się zrodziło. Ale tym większy bodaj powód do radości z faktu jego powstania. Im trudniej się coś osiąga, tym bardziej się to szanuje i ceni. Jestem głęboko przekonany, że „Pływanie" zdobędzie sobie serca wszystkich członków rodziny pływackiej. Wierzę również głęboko w to, że nasz solenizant będzie dzieckiem udanym. Naszą sprawą będzie, aby mu w tym dopomóc.

Na podstawie osobistych domowych doświadczeń wiem, że noworodki wydają dźwięki nieartykułowane i płaczliwe lub krzykliwe. „Pływanie" od początku będzie się chyba starało zabrzmieć pełnym głosem i w sposób jak najbardziej „artykułowany". Głosu tego od dawna wyczekują z niecierpliwością liczne rzesze pływackie.

Piszę o „Pływaniu" jako o istocie żywej, ponieważ każde pismo w samym założeniu kryje w sobie sprawy naszego życia. „Pływanie" z pewnością będzie żyło sprawami i problemami sportu pływackiego i żywo będzie je poruszać (wszyscy w to wierzymy). Na jego łamach znajdą miejsce wypowiedzi i informacje omawiające sportowe, organizacyjne, szkoleniowe i wychowawcze zagadnienia pływania, piłki wodnej i skoków do wody. Pismo, które ukazywać się będzie co miesiąc, zamieszczać będzie wiadomości o wszystkich wydarzeniach pływackich w kraju i za granicą, będzie informować o pracy naszych sekcji i zrzeszeń. Ambicją „Pływania" będzie z pewnością szerokie popularyzowanie czołowych doświadczeń trenerskich, organizowanie twórczych dyskusji, jak najaktywniejsze współdziałanie w kształtowaniu „polskiej szkoły" pływania.

Poważne i ambitne to plany. Ich urzeczywistnienie zależy i od samej redakcji i od każdego komu bliskie i drogie są sprawy sportu pływackiego; także od tego — w jakim stopniu „Pływanie" będzie przyjęte i traktowane przez każdego działacza, trenera, zawodnika i kibica jako „swoje" pismo; — i wreszcie urzeczywistnienie tych ambitnych planów zależy od uczestniczenia nas wszystkich w kształtowaniu jego treści. Wierzę, że zamiary te potrafimy wspólnie urzeczywistniać.

Gorąco tego życząc redakcji i czytelnikom przesyłam wszystkim najserdeczniejsze „urodzinowe" gratulacje.

Usprawnić warsztaty treningowe

ZYGMUNT WIELIŃSKI
Zasłużony Działacz Kultury Fizycznej

Rok 1956 jest rokiem olimpijskim. A w takim roku życie sportowe zwykle się ożywia. Tak też się dzieje i u nas.

Termin tegorocznej olimpiady jest niezwykły. Letnie igrzyska olimpijskie będą się odbywać nie jak zawsze w sierpniu, ale aż w grudniu. W związku z tym mamy w tym roku dość osobliwy kalendarz imprez i tok szkolenia, który dostosowaliśmy do terminu olimpiady.

Jak wypadnie ostateczny rezultat tych przygotowań, kto z naszych pływaków pojedzie do Melbourne i czy w ogóle pojedzie — o tym na razie jest trudno mówić, bo zależy to nie tylko od wyników przygotowań naszych zawodników, ale i też od poziomu czołówki światowej.

Gdyby się okazało we wrześniu, że nasi pływacy nie dorośli jeszcze do uczestniczenia w igrzyskach olimpijskich, to nawet i wówczas bilans naszego roku pływackiego może być dodatni.

Zadecydować może o tym pilna i sumienna praca wielu naszych czołowych pływaków oraz wyniki spotkań międzynarodowych i postępy, jakie poczynią juniorzy i młodzicy.

Jest rzeczą oczywistą, że wzrost ogólnego poziomu pływania powinien być nie mniej ważny, a nawet i ważniejszy od postępów kilku najlepszych zawodników. Dlatego będę starał się mówić o pływaniu — mniej z punktu widzenia potrzeb i szans olimpijskich — a raczej pod kątem możliwości i potrzeb ogólnego rozwoju naszego pływania.

Oczywiście, nie wszystko w sporcie pływackim w tym olimpijskim roku jest u nas zmienione i nowe. Cały szereg posunięć jest kontynuacją i pogłębieniem doświadczeń z lat poprzednich.

Co pozostało z lat ubiegłych?

Respektujemy nadal zasady doskonalenia techniki pływania. Respektujemy też zasadę rozwijania wszechstronnej techniki pływania, tj. umiejętności pływania wszystkimi stylami. Pogłębiamy wiedzę o technice pływania poszczególnymi stylami. W tym roku szczególnie wiele dalszych doświadczeń uzyskamy na polu pływania delfinem.

Wzrasta też szybko u zawodników zrozumienie roli ogólnego przygotowania fizycznego. Nasi czołowi pływacy na ogół stają się silniejsi, wytrzymalsi, lepiej przygotowani fizycznie do wielkich wysiłków niż w latach ubiegłych.

W dużej mierze poprawiła się też opieka lekarska nad naszymi pływakami, a zwłaszcza nad czołówką. Jednak obok tych, rzec można plusów, mamy cały szereg ciężkich problemów, które sygnalizowała już nam praktyka lat ubiegłych. Dotyczy to szczególnie warunków pracy warsztatowej trenerów, zwłaszcza, gdy chodzi o doskonalenie zaawansowanych zawodników. Brak jest często trenerom i zawodnikom możliwości spokojnej pracy, brak możliwości skupienia uwagi i warunków dla pożytecznej pracy nad poprawą stylu oraz badania reakcji zawodnika na wysiłek. Te właśnie braki wpływają na pogłębienie różnic między stopniem wypracowania techniki pływania naszych zawodników w stosunku do zagranicznych — oczywiście na naszą niekorzyść.

Nasze baseny, zwłaszcza letnie, nie mogą być jednocześnie i kąpielowymi i sportowymi (i to w jednym i tym samym czasie). Potrzebne nam są zarówno kąpieliska jak i baseny sportowe.

Brak basenów sportowych oznacza dla pływaków to samo co oznaczałoby dla lekkoatletów czy piłkarzy wpuszczenie na ich stadiony i bieżnie tłumów bawiących się dzieci i spacerowiczów w czasie treningów.

Jasnym jest, że stworzenie odpowiednich warsztatów pracy szkoleniowej wymaga uważnego rozpatrzenia i rozważenia szeregu problemów dotyczących tak gospodarki basenami zimowymi jak i letnimi, jak też rozpatrzenia sposobu wykorzystywania tych basenów przez koła sportowe i pływaków różnych klas. Mimo tych, zdawałoby się, poważnych braków pływanie rozwija się w Polsce stale i dość szybko. Między innymi — dzięki ofiarnej i rzetelnej pracy zawodników, działaczy i trenerów.

——→



Irena Milnikiel znajduje się na najlepszej drodze do osiągnięcia olimpijskiej formy

Foto Nogaj

WIECZNIE AKTUALNY PROBLEM
sportu kobiecego

A. V. DOCENT PER-OLOF ASTRAND

Artykuł niniejszy ukazał się w majowym numerze br., szwedzkiego miesięcznika SIMSPORT. Publikując tłumaczenie, pragniemy zwrócić uwagę na ten niezwykle ważny problem.
Ponieważ poglądy fachowców na ten temat dość poważnie odbiegają od siebie, zachęcamy wszystkich trenerów i lekarzy sportowych do zabrania głosu.

Uwagi na temat wydolności sportowej organizmu kobiecego w czasie menstruacji opierają się w głównej mierze na publikacjach „Niemieckiego Tygodnika Lekarskiego“ (Deutsche Medizinische Wochenshrift) nr 79 z roku 1932 i nr 1526 z 1955 roku pióra Bausenweina pt. „Zagadnienia sportu i menstruacji“. Ostatni z artykułów analizuje wyniki ankiety, zorganizowanej wśród uczestniczek ostatnich Igrzysk Olimpijskich rozegranych w Helsinkach. W ankiecie tej wypowiedziało się: 27 lekkoatletek, 10 gimnastyczek i 7 pływaczek oraz 70 studentek Uczelni Wychowania Fizycznego. Autor uwzględnił również w swej pracy doświadczenia fińskich naukowców.

WPŁYW SPORTU NA DOJRZEWANIE

Według badań fińskich, pierwsza menstruacja pojawia się u dziewcząt uprawiających sport średnio w 14 roku życia, u pozostałych — w 15 roku. Doświadczenia niemieckie, przeprowadzone na uczestniczkach Igrzysk Olimpijskich wykazały, że przeciętna wieku dla pojawienia się pierwszego „okresu“ u tych zawodniczek wynosi — 14,5 lat, dla grupy studentek — 13,9 lat. Są to wyniki odmienne od fińskich. Na uwagę zasługuje fakt, że 19% „olimpijek“ dojrzewało dopiero między 16-tym a 18-tym rokiem życia. Nie należy jednak stąd wyciągać zbyt pochopnych wniosków o wpływie wysiłku fizycznego na opóźnienie okresu dojrzewania.

WPŁYW TRENINGU I STARTU W ZAWODACH NA MENSTRUACJĘ

Przebieg menstruacji u uczestniczek Igrzysk Olimpijskich z Helsinek, które wzięły udział w ankiecie przedstawia się następująco: (Tab. 1).

Tabela 1

Wyszczególnienie	Normalny przebieg	Nieregularny przebieg	Zbyt długi czas trwania menstruacji	Wybitnie ciężki przebieg
Lekkoatletki	21	3	1	2
Gimnastyczki	9	1	—	—
Pływaczki	3	2	1	1
Inne sporty	3	—	—	—

W grupie lekkoatletek nie stwierdzono w żadnym wypadku wyraźnego związku między wysiłkiem sportowym i podaną nieregularnością w menstruacji. W pozostałych wypadkach (a więc i w pływaniu) powrót do normalnej menstruacji następował po zmniejszeniu natężenia treningu. U pływaczek notuje się największe zaburzenia. Przyczyn należy szukać w zmianach temperatury, jakim podlega organizm oraz w zbyt forsownie prowadzonym treningu w okresie dzieciństwa. Dane otrzymane od szeregu innych zawodniczek niemieckich wskazują na to, że zaburzenia w menstruacji lub ciężki jej przebieg spowodowane są zbyt ostrym treningiem i zbyt częstymi startami w zawodach przed okresem dojrzewania. Stan ten dotyczy przede wszystkim pływaczek. Ponieważ podobne zaburzenia notuje się również u młodziutkich łyżwiarek figurowych, należy wnioskować, że nie tylko zmiany temperatury lecz i forsowny wysiłek przed okresem dojrzewania mają wpływ na przebieg menstruacji.

Przy porównaniu przebiegu menstruacji u grupy olimpijskiej i grupy studentek otrzymano następujące dane: (Tabela 2).

Podobne wyniki otrzymano przy innych badaniach przeprowadzonych na różnych grupach dziewcząt. Zna-

---

Ale, jeżeli nie chcemy dać się przegonić innym krajom, jeśli mamy ambicję dorównania poziomem pływakom światowej klasy — to musimy czymprędzej usprawnić warsztaty treningowe, a także — co jest bardzo ważne -- zaopatrzyć letnie baseny Śląska, Poznania, Krakowa i Wybrzeża w ciepłą wodę. Wtedy dopiero będzie mogła nasza czołówka trenować także i latem, bez względu na kaprysy pogody.

Pozostało jeszcze wspomnieć o szczególnych innowacjach wprowadzonych w roku 1956. Pierwszą z nich jest szczególny układ kalendarza imprez, charakteryzujący się tym, że sezon centralnych imprez sportowych rozpoczyna się w początku lata, a trwa aż do końca roku do grudnia, tworząc niejako jeden długi sezon od czerwca aż po grudzień.

Drugą, jest zastąpienie Puharu Miast — ligą kół sportowych. Obie te innowacje, jeśli mają się przyjąć w przyszłych latach, winny zdać egzamin w tym roku.

Co do pierwszej, tj. jednosezonowości — spowodowana ona jest późnym terminem igrzysk olimpijskich, a po wtóre tym, że w grudniu 1955 r. tytułem przedolimpijskiej próby odbyły się Mistrzostwa Polski. Zawodnicy musieli więc mieć czas na odpoczynek i na spokojne przygotowanie się do poważnych zadań 56 roku. Dotyczy to oczywista czołówki i jej to dotyczył zakaz startów do czerwca br. Liga kół sportowych organizowana jest na żądanie terenu. Czy wpłynie ona na podniesienie poziomu pływania — zobaczymy.

Tabela 2

Przebieg menstruacji	Grupa olimpijska	Grupa studentek
Bez zmian	87 %	62 %
Korzystniejszy przebieg pod wpływem uprawiania sportu	—	11 %
Zaburzenia	13 %	27 %

czna ilość studentek uskarżała się na różne dolegliwości w czasie menstruacji (ból głowy, brzucha i „krzyża"). Zaburzenia miały jednak przeważnie charakter przejściowy. Lekki trening czy ćwiczenia szybko przyprowadzały organizm do normalnego stanu, względnie łagodziły dolegliwości. Twierdzenie, z którym można się spotkać dość często, że trening posiada ujemny wpływ na normalny przebieg miesiączkowania, nie zostało poparte żadnymi wynikami badań. Przeciwnie — stwierdzić należy, że grupa olimpijska wykazuje najmniejsze procentowo zaburzenia. Trzeba jednak podkreślić, że wszystkie zawodniczki — z wyjątkiem pływaczek — rozpoczęły uprawiać sport wyczynowy dopiero wówczas, gdy stały się kobietami (przeszły okres dojrzewania). W czasie menstruacji niekoniecznie trzeba wstrzymywać się od ćwiczeń fizycznych. Sport odpowiednio dawkowany może wpłynąć nawet korzystnie na jej przebieg. Jedynie ze względu na większe ryzyko zakażenia w tym okresie, trzeba unikać pewnych ćwiczeń. Trzeba również wystrzegać się „przechładzania" organizmu. Dlatego też pływanie — zwłaszcza w zimnej wodzie — nie jest w tym okresie wskazane.

TRENING W CZASIE MENSTRUACJI

W czasie menstruacji pływaczki i reprezentantki innych dyscyplin sportu rezygnowały z treningu tylko wówczas, gdy period miał przebieg bolesny. Wszystkie czołowe zawodniczki startowały i wówczas w zawodach, gdy „nie mogły ze startu zrezygnować"...

Tabela 3

Nasilenie treningu	Grupa olimpijska	Grupa studentek
Bez zmian	45 % badanych	34 % badanych
Słabsze treningi	30 % badanych	56 % badanych
Zaniechanie treningu lub lekkie ćwiczenia	25 % badanych	10 % badanych

Tabela 3 mówi o intensywności treningu w czasie menstruacji:

Podobne dane otrzymano również w wyniku badań innych grup uprawiających sport.

WYDOLNOŚĆ ZAWODNICZA W CZASIE MENSTRUACJI

Uderza tu przede wszystkim jedna sprawa. Wyski procent zawodniczek (26%) twierdzi, że najlepsze wyniki osiąga właśnie w trakcie periodu. 50% uczestniczek Igrzysk nie notuje żadnych zmian w formie zawodniczej. Jedynie 23% posiada gorsze w tym okresie wyniki! Niejeden już padał rekord w tych warunkach, nie tylko życiowy ale i krajowy! Niejeden medal olimpijski został w tym czasie zdobyty! Dotyczy to przede wszystkim konkurencji wymagających szybkiej reakcji, gdzie wysiłek nie jest długotrwały. Pewne pogorszenie wyników w okresie menstruacji zauważa się w konkurencjach wytrzymałościowych.

U studentek w. f. obraz przedstawia się nieco inaczej. 46% studentek nie wykazuje żadnych zmian w tym okresie, 15% osiąga wyniki lepsze, ale 39% wyniki słabsze!

Sprawa wydolności organizmu na kilka dni przed menstruacją przedstawia się następująco: (Tabela 4).

W jednym wypadku (Noack) przeprowadzono szczególnie dokładne badania: około 4 dni przed menstruacją, drugiego dnia menstruacji i przez tydzień po menstruacji. Próby przeprowadzono w pływaniu, biegu i wiosłowaniu. Najgorsze wyniki notowano tuż przed menstruacją, najlepsze tuż po jej zakończeniu.

W związku z obniżaniem się zdolności osiągania wysokich wyników tuż przed menstruacją, Bausenwain zaleca, by w tym czasie łagodzono intensywność treningu. Szereg badań wykazuje jednak, że organizm kobiecy w różny sposób reaguje w tym czasie i że nie można wyciągać żadnych co do tego ostatecznych wniosków, norm, pewników.

Ciężki trening i bardzo męczące starty w zawodach — dla dziewcząt w okresie przed dojrzewaniem nie są wskazane. Panuje wprawdzie dziś tendencja, aby sport dzieci stał się sportem wybitnie zawodniczym. Jest to pociągnięcie niewłaściwe. Nie należy dopingować i pobudzać młodych dziewcząt do zbyt wielkich i forsownych wysiłków. W organizmie przyszłej kobiety mogą powstać zaburzenia, które dadzą o sobie znać w okresie menstruacji. Dopóki nie będziemy mieć dalszych, dokładniejszych danych (które obalą nasz pogląd), trzeba być ostrożnym w aplikowaniu organizmowi dziecięcemu zbyt forsownego treningu. Nie wolno występować przeciwko naturze i biologicznemu przeznaczeniu dziewczyny.

Tabela 4

Bezpośrednio przed menstruacją			W trakcie menstruacji	
Zdolność osiągania dobrych wyników	grupa olimpijska	grupa studentek	grupa olimpijska	grupa studentek
Bez zmian	26 %	59 %	51 %	46 %
Słabsza	66 %	31 %	23 %	39 %
Lepsza	8 %	10 %	26 %	15 %

tłum. ST. Z.



22 lipca startujemy w NRD

Dwa niezwykle poważne spotkania międzypaństwowe w pływaniu oczekują naszą reprezentację w tym roku: z NRD w Lipsku w dniu 22 lipca, oraz ze Szwecją w sierpniu.

Do reprezentacji NRD nie mieliśmy do tej pory szczęścia. Po raz pierwszy zmierzyliśmy swe siły w roku 1951. Zawody odbyły się 29—30 września na basenie krytym w Warszawie. Poprzednio pływacy nasi spotykali się z reprezentantami NRD w zawodach międzynarodowych, czy na igrzyskach młodzieży i studentów a z pojedynków tych na ogół wychodzili zwycięsko. Jednak już w pierwszym meczu międzypaństwowym reprezentacja nasza uległa w stosunku 101 : 117, przy czym w konkurencjach kobiecych przegraliśmy 40 : 69, natomiast w konkurencjach męskich wygraliśmy 61 : 48.

Rewanżowe zawody międzypaństwowe odbyły się dwa lata później, także we wrześniu w dniach 21 i 22, na basenie otwartym w Berlinie. Byliśmy bardzo bliscy zwycięstwa, niestety, reprezentacja nasza wyjechała w niekompletnym składzie i startowała mocno osłabiona.

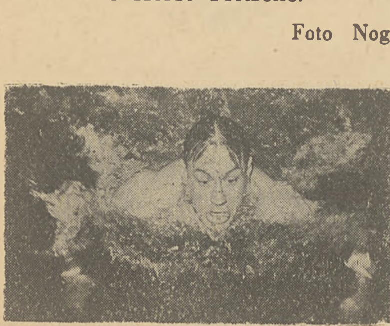
Mecz zakończył się zwycięstwem NRD 111 : 108, przy czym wygraliśmy w konkurencjach męskich 72 : 58, a przegraliśmy w żeńskich 36 : 53.

Obecnie czeka nas znacznie trudniejsze zadanie niż dwa lata temu. Reprezentacja NRD zdołała sobie w tym czasie wywalczyć czołowe miejsce wśród potęg pływackich Europy, posiada nie tylko wybitne indywidualności w swych szeregach, ale także bardzo wyrównane zaplecze.



Dwaj rywale: Marek Petrusewicz i Horst Fritsche.

Foto Nogaj



Oto najlepsze tegoroczne wyniki pływaków NRD, które jednak w niedostateczny sposób obrazują siłę reprezentacji tego kraju, ponieważ w NRD, podobnie jak i u nas pływacka kadra olimpijska wstrzymywała się długo od poważniejszych startów:

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. Mueller *58,7* — Spengler 58,9 — Lach 59,1;
200 m dow. Reich *2,11.8* — Gottfried 2.14,6 — Roderich 2.15,1,
400 m dow. Zierold 4.54,4 — Gottfried 4.56,5;
200 m klas: Klier 2.39,9 — Enke 2.41,3 — Hillberg 2.42,5 — Fritsche 2.42,5;
100 m motyl: Spengler 1.05,5 — Gabriel 1.06,9;
100 m grzbiet: Schneider 1.09,9 — Dressler 1.10,2;
1 500 m dow. Pilz *20.38,8* — Kuehn 20.42,7;

KOBIETY:

100 m dow: Reichler 1.10,3 — Schneider *1.10,6* — Rademacher *1.12,3;*
400 m dow: Olbricht 5.46,6 — Tietz 5.52,4;
100 m motyl: Langenau 1.18,1 — Ten Elsen 1.20,6;
100 m grzbiet: Schneider *1.17,8* — Fiedler *1.19,3;*



Enke zawsze jest groźny — może jemu przypadnie pogodzić rywali?

Foto Nogaj

100 m klas: Schubert 1.23,5 — Geissler 1.23,9;
200 m klas: Voigt 2.58,4 — Schubert 2.58,8 — Geissler 3.01,1.

Wyniki podane kursywą osiągnięte zostały na basenie 50-metrowym.

Oprócz konkurencji pływackich odbędą się także skoki do wody oraz mecz piłki wodnej. W obu tych dyscyplinach sportu Niemcy przedstawiali poziom wyższy niż Polacy, jednak już w ubiegłym roku, w czasie igrzysk młodzieży i studentów, Chrząszczówna pokonała w skokach z trampoliny reprezentantki NRD, a waterpoliści stoczyli bardzo wyrównane mecze ulegając tylko nieznacznie przeciwnikowi.

Dwaj rywale

Jimmi Fritsche to potężnie zbudowany, trzydziestoletni mężczyzna. Wzrostem przewyższa Marka Petrusewicza a i w barach jest masywniejszy. Zawsze pogodny, ogromnie ambitny, ma jedno zmartwienie: nie walczył jeszcze w bezpośrednim pojedynku z Petrusewiczem.

Wprawdzie w ubiegłym roku bawił Jimmi Fritsche dwukrotnie w Polsce — po raz pierwszy w czasie spotkania Aufbau Magdeburg — CRZZ, po raz drugi na Festiwalu, ale w pierwszym spotkaniu Marek nie startował, bo był niedysponowany, a na igrzyska... nie został powołany.

Zmartwienie olbrzyma z Magdeburga jest o tyle poważne. że Petrusewicz był rekordzistą świata na dystansie 100 m st. klasycznym, później przez dłuższy okres czasu pozostawał rekordzistą Europy i właśnie ten rekord odebrał mu Jimmy Fritsche. Dlatego Jimmy twierdzi, że pełną satysfakcję z rekordu będzie miał wtedy, gdy spotka się w bezpośrednim pojedynku z Petrusewiczem.

Nie trzeba oczywiście dodawać, że podobne myśli nurtują Marka Petrusewicza, który jest zresztą bardzo dobrym przyjacielem Fritschego od czasu pobytu Aufbau w Poznaniu.

Obaj posiadają jedną wspólną cechę: Marek doskonale czuje się na krótkim basenie 25-metrowym, a Jimmy uchodzi wprost za specjalistę krótkich basenów. Na 50-metrowych basenach Fritsche uzyskiwał raczej mierne wyniki. Poczytywał to sobie za słabość i dlatego od ub. roku postanowił w miarę możności startować wyłącznie na basenach 50-metrowych. Różnią się ci dwaj pływacy techniką pływania. Marek Petrusewicz lubuje się w nurkowaniu, wykonuje długie, 40-metrowe starty pod wodą, długie nawroty. Fritsche wystrzega się pływania pod wodą, posiada on doskonałą szybkość na powierzchni wody. Można powiedzieć, że jest on najszybszym żabkarzem świata w pływaniu na powierzchni.

The
Swimming Times

Przez sztangę do rekordu w wodzie

Rola sportów uzupełniających w treningu pływaków, tak bardzo u nas jeszcze nie doceniania, w metodach pracy u wielu czołowych trenerów pływania na świecie staje się przedmiotem ożywionej dyskusji i wnikliwych badań naukowych.



Fig. 1



Fig. 1a

Ostatnio, w kwietniowym numerze angielskiego miesięcznika pływackiego „Swimming Times", ukazał się artykuł, w którym E. H. Kendall, opierając się na osiągnięciach pływaków USA, Węgier, Japonii oraz Australii, uzasadnia potrzebę stosowania ćwiczeń z ciężarami w codziennym treningu pływaka. Kendall uważa, że trening ciężarowca stosowany przez takich pływaków jak Dick Cleveland, Furuhasi i Wiggins w znacznym stopniu pomógł im w osiągnięciu wielkich wyników sportowych. Jego zdaniem trening ten może być stosowany nawet przez młodych pływaków w wieku 14—16 lat, jeżeli jest odpowiednio dostosowany do warunków fizycznych i psychicznych młodzieży, oraz prowadzony pod okiem doświadczonych trenerów pływania i fachowców atletycznych. Stosowanie ćwiczeń atletycznych, jak ogólnie wiadomo, zwiększa w znacznym stopniu siłę rąk i nóg, którą wcale nie jest tak łatwo nabyć drogą wielogodzinnych zajęć przez tylko same pływanie.

A oto kilka ćwiczeń atletycznych, nieodzownych w treningu pływaka.

STYL DOWOLNY

Figura 1 i 1a

Tułów pochylony do przodu, ręce wyprostowane. Ręce z ciężarkami podnosić i przenosić do tyłu. Ćwiczenie wykonywać od figury 1 do 1a.

Figura 2 i 2a

Przysiady ze sztangą, trzymaną na wysokości podbródka. W czasie przysiadów ważne jest jednoczesne i równomierne prostowanie nóg. Ćwiczenie wykonywać 2 lub 3 minuty.

Figura 3 i 3a

W pozycji leżącej, uniesioną w górę sztangę opuszczamy w tył i przenosimy z powrotem ruchem wahadłowym. Ćwiczenie to będzie miało większe znaczenie o, ile zostanie wykonane w pochyłej pozycji leżącej np. na desce, na której nogi będą



Fig. 2



Fig. 2a



Fig. 4



Fig. 4a

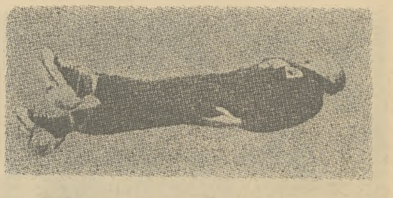


Fig. 5



Fig. 3

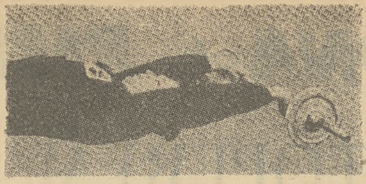


Fig. 3a

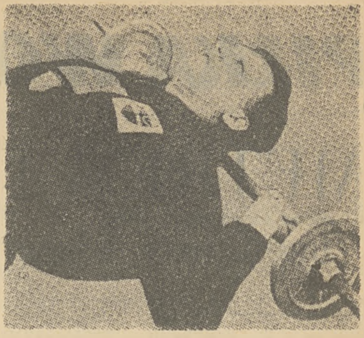


Fig. 3b

znajdowały się powyżej poziomu głowy. Wówczas maksimum siły będzie wkładane na podnoszenie sztangi do pozycji pionowej, a wysiłek będzie malał stopniowo, gdy ręce znajdą się już w pozycji pionowej.

Figura 4 i 4a

Stopy obciążamy ciężarkami. Leżąc twarzą do ziemi z rękami pod podbródkiem podnosimy nogi na przemianstronnie.

Figura 5, 5a, 5b i 5c

Nogi z ciężarkami. Leżąc na plecach z rękami przyciśniętymi do boków, podnosić nogi naprzemianstronnie, albo leżąc na plecach trzymać ciężarek między stopami, nogi dokładnie wyprostowane podnosić do góry.

Figura 6 i 6a

Stoimy w pozycji rozkrocznej, opieramy sztangę na karku, ćwiczyć skłony tułowia od fig. 6 do 6a.

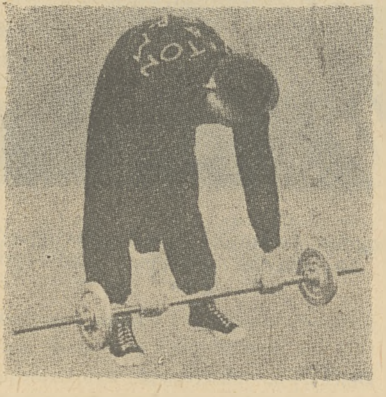


Fig. 7

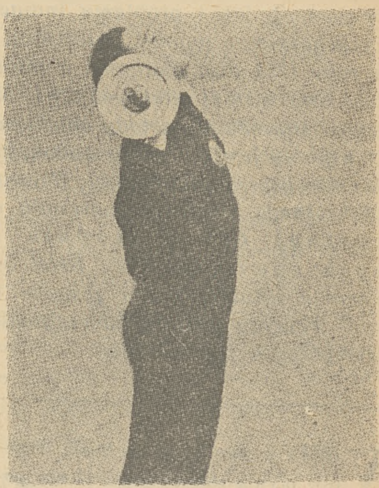


Fig. 6

STYL GRZBIETOWY

Figura 3b i 3a

Ćwiczenia dla stylu grzbietowego są podobne jak dla crawla. W figurze 3 zamiast podnoszenia sztangi do pozycji pionowej — wyciskać i prostować sztangę doprowadzając ją aż pod kark. Ćwiczenie wykonywać leżąc na ławce. Rozpoczynać od figury 3b do 3a.

STYL KLASYCZNY

Figura 7 i 7a

Podciąganie sztangi w pozycji rozkrocznej. Figura 7 pokazuje zgięty tułów. To ćwiczenie można wykonywać również w pozycji leżącej, kładąc się na ławce. Do ćwiczenia może być używany ciężarek lub sztanga.

opracował *W. D.*

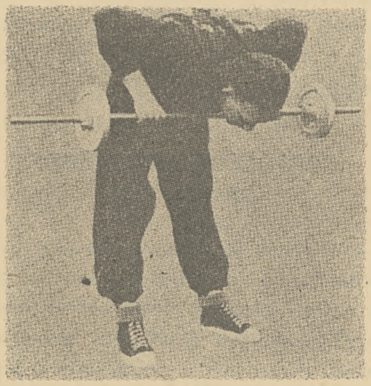


Fig. 7a



Fig. 6a

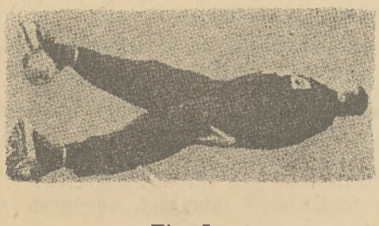


Fig. 5a

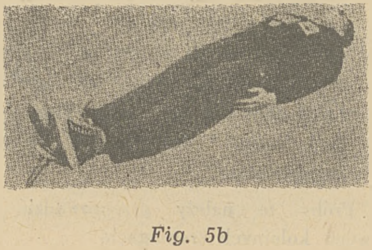


Fig. 5b



Fig. 5c

METREM I STOPEREM

oceniamy klasę piłkarza wodnego

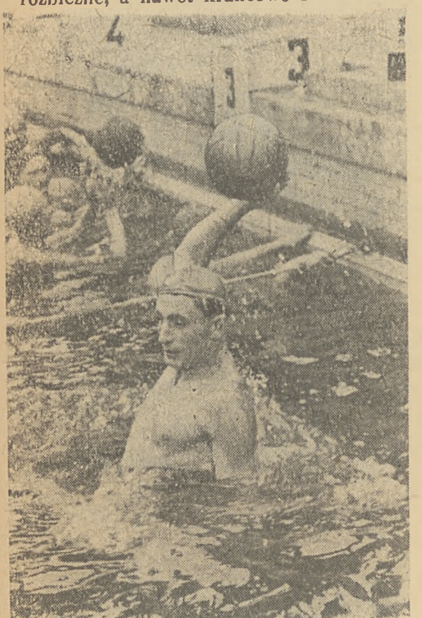
Podjęte przez Pracownię Teorii Sportu Instytutu Naukowego Kultury Fizycznej próby wypracowania metody obiektywnej oceny gry w piłkę wodną, nie obejmują całokształtu zagadnień szkolenia w piłce wodnej, jak i problemu indywidualnego wyszkolenia zawodnika. Dotychczasowe wyniki obserwacji („Puchar Miast") w piłce wodnej w roku 1955, dwa spotkania w piłce wodnej Polska — Szwecja w roku 1955 oraz turniej piłki wodnej II M.I.S.M. w r. 1955) potwierdziły słuszność stosowania metody obiektywnej oceny elementów technicznych i taktycznych gry w piłkę wodną, jako oceny wzrostu lub obniżenia się poziomu gry danej drużyny. Uzyskane wyniki nie dawały nam jednak konkretnego i pełnego materiału do obiektywnej, indywidualnej oceny stopnia wyszkolenia poszczególnych zawodników. Brak tych danych skłonił nas do wypracowania tytułem próby zestawu szeregu zadań, na podstawie których trenerzy mogliby obiektywnie oceniać poziom wyszkolenia poszczególnych zawodników.



Bogdan Jaworski (CWKS) najlepszy i najwszechstronniejszy waterpolista

Foto Warmiński

WIEMY z obserwacji, że wielu trenerów ocenia stopień wyszkolenia poszczególnych zawodników na swój sposób i stąd zdania trenerów odnośnie tego samego zawodnika są bardzo często rozbieżne, a nawet krańcowo różne.



Jan Zelman (CWKS) mimo iż gra na obronie należy do najlepiej rzucających do celu. Mówi o tym nie tylko tabela. Spytajcie o to naszych ligowych bramkarzy

Foto Szymkowski

Niewątpliwie ocena taka może być wartościową, jednak często wnioski wyciągane na jej podstawie są fałszywe.

Mimo, że piłka wodna jest grą zespołową, istnieje duża możliwość obiektywnej oceny indywidualnych wartości poszczególnych zawodników przez ustalenie jednolitych prób dla podstawowych elementów i czynników, mających wpływ na grę w piłkę wodną. Ocena taka powinna objąć następujące elementy:

1) *próba wytrzymałości — 400 m stylem dowolnym na czas;*
2) *próba wytrzymałości szybkościowej — 100 m stylem dowolnym na czas;*
3) *próba szybkości — 25 m stylem dowolnym na czas;*
4) *próba szybkiego pływania z piłką — drybling na czas: 25 m stylem dowolnym;*
5) *próba rzutu na odległość — rzuty piłką z miejsca prawą i lewą ręką;*
6) *próba rzutu do celu — rzuty piłką z miejsca do określonego celu umieszczonego w bramce;*
7) *próba rzutu do celu na odległość — rzutu piłką z ruchu;*
8) *próba zwrotności w wodzie — pływanie na czas: 25 m stylem dowolnym (pięć odcinków po pięć metrów — co pięć metrów zmiana o 180° kierunku pływania).*

Próby te należy przeprowadzić na dwóch kolejnych treningach.

Obiektywna obserwacja wymienionych obok wartości daje trenerowi doskonały materiał do dyskusji i pogadanek z zawodnikami. Można tu wykazać konkretnie błędy i zalety poszczególnych zawodników, oraz stwierdzić postęp, względnie zahamowanie w rozwoju cech indywidualnych, mających nieraz dominujący wpływ na taktykę i sposób gry całego zespołu.

PODSTAWOWE ELEMENTY OBSERWACJI

1. Ocena wytrzymałości sprowadza się do przepłynięcia na czas 400 m stylem dowolnym (najlepiej w formie współzawodnictwa z udziałem wszystkich członków drużyny) i przeliczenia uzyskanego wyniku na punkty. Zakładamy, że 100 pkt. odpowiada wynikowi 5.20,0 sek. Za każdą sekundę powyżej 5.20,0 sek. odejmujemy, a za każdą sekundę poniżej 5.20,0 sek. doliczamy dwa punkty. Np., gdy zawodnik uzyska na 400 m dow. czas: 5.16,0 sek., to w naszym przeliczeniu za ten wynik uzyska 108 pkt. Za wynik 6.10,0 sek. zawodnik otrzymuje zero punktów. Na specjalnie sporządzonym arkuszu, obok nazwiska zawodnika, w oddzielnych rubrykach wpisujemy wynik czasowy i punktowy.

2. Ocena wytrzymałości szybkościowej sprowadza się do przepłynięcia na czas 100 m dow. (w formie współzawodnictwa) i przeliczenia otrzymanego wyniku na punkty. Zakładamy, że 100 pkt. odpowiada wynikowi 1.06,0 sek. Za każde 0,5 sek. powyżej 1.06,0 sek. odejmujemy, a za każde 0,5 sek. poniżej 1.06,0 sek. doliczamy cztery punkty. Np. gdy zawodnik uzyska 1.04,3 sek. to w naszym przeliczeniu uzyska 112 pkt. Za wynik 1,18,0 sek. zawodnik otrzymuje zero punktów.

3. *Ocena szybkości* sprowadza się do przepłynięcia na czas 25 m st. dow. ze startu z wody, z miejsca, (w momencie startu głowa pływającego powinna znajdować się na wysokości linii startowej) i przeliczenia uzyskanego wyniku na punkty. Zakładamy, że 100 pkt. odpowiada wynikiwi 0.14.0 sek. Za każdą 0.1 sek. powyżej 0.14,0 sek. odejmujemy, a za każdą 0.1 sek. poniżej 0.14,0 sek. doliczamy dwa pkt. Np., gdy zawodnik uzyska 0.13,8 sek. to w naszym przeliczeniu za wynik ten uzyska 104 pkt. itd.

4. *Ocena szybkości pływania z piłką* sprowadza się do przepłynięcia na czas 25 m st. dow. z prowadzeniem piłki przed sobą ze startu z wody z miejsca (w momencie startu piłka powinna znajdować się na linii startowej) i przeliczenia uzyskanego wyniku na punkty. Zakładamy, że 100 pkt. odpowiada wynikowi 0.15.0 sek. Za każdą 0.1 sek. powyżej 0.15,0 sek odejmujemy, a za każdą 0,1 sek. poniżej 0.15,0 sek. doliczamy dwa punkty. Np., gdy zawodnik uzyska 0,14,1 sek., to w naszym przeliczeniu uzyska 118 pkt. itd.

5. *Ocena rzutu piłką na odległość* sprowadza się do sześciu rzutów (trzy rzuty prawą i trzy rzuty lewą ręką) w wodzie z miejsca i odnotowania najlepszego rzutu jednej i drugiej ręki. Uzyskane w metrach wyniki jednej i drugiej ręki dodajemy do siebie i przeliczamy je na punkty. Zakładamy, że 100 pkt. odpowiada wynikowi 50 m, tj. sumie najlepszego rzutu prawą i lewą ręką. Za każdy metr powyżej 50 m doliczamy, a za każdy metr poniżej 50 m odejmujemy dwa punkty.

6. *Ocena rzutu piłką do celu* sprowadza się do dziesięciu rzutów do dwóch deseczek o rozmiarach 20×20 cm, umieszczonych w górnym i dolnym rogu bramki. Każdy zawodnik oddaje w wodzie z miejsca z odległości sześciu metrów po pięć rzutów w jedną i w drugą deseczkę. Za każdy celny rzut zawodnik otrzymuje 10 pkt. tj. np. za 10 celnych rzutów 100 pkt.

7. *Ocena rzutu piłką do celu na odległość* sprowadza się do dziesięciu rzutów do koła ratunkowego (o średnicy 1 metra) znajdującego się o 15 m od linii rzutów. Każdy zawodnik podpływa z maksymalną szybkością (prowadząc piłkę przed sobą) do linii rzutów skąd wykonuje kolejno rzuty do celu. Pływanie z piłką powinno odbyć się przynajmniej z odległości pięciu metrów od miejsca rzutu piłką. Za każdy celny rzut piłką do środka koła ratunkowego otrzymuje 10 pkt., a za trafienie piłką w krawędź koła 9 pkt. Zakładamy, że 100 pkt. odpowiada dziesięciu celnym rzutom do środka koła ratunkowego.

8. *Ocena zwrotności zawodnika podczas szybkiego pływania* sprowadza się do przepłynięcia na czas ze startu z wody 25 m stylem dowolnym (pięć odcinków po 5 m ze zmianą co pięć metrów o 180° kierunku pływania) i przeliczenia uzyskanego wyniku na punkty. Próba ta winna się odbyć między dwoma torami pływackimi odległymi od siebie o pięć metrów. W momencie startu zawodnik powinien tylną powierzchnią głowy dotykać linii startowej. By dokonać zmiany kierunku pływania — raz w lewą, raz w prawą stronę — zawodnik musi każdorazowo dotknąć dłonią (przy ugiętym ramieniu w stawie łokciowym) toru pływackiego. Zakładamy, że 100 pkt. odpowiada wynikowi 0.16,0 sek. na 25 m styl. dow. ze zmianą kierunku pływania. Za każdą 0,1 s. powyżej 0.16,0 sek. odejmujemy, a za każdą 0.1 sek. poniżej 0.16,0 sek. doliczamy dwa punkty.

A TERAZ WYCIĄGAMY WNIOSKI...

Uwaga: Po przeprowadzeniu próby wszystkich omawianych elementów, należy sporządzić osobne listy dla poszczególnych prób z uwzględnieniem wyników taktycznych i punktowych poszczególnych zawodników. Niezależnie od tego należy sporządzić listę zbiorową, zawierającą sumaryczne zestawienie wyników punktowych poszczególnych zawodników, z równoczesnym podaniem przeliczenia punktowego w procentach, przyjmując 800 punktów za 100%. Wyniki powyższych zestawień należy podać do wiadomości zawodnikom ustnie i przez wywieszenie ich w odpowiednim miejscu.

Jak wynika z wyżej wymienionych elementów ocen, proponowana przez nas próba ustalenia jednolitej obiektywnej oceny indywidualnego wyszkolenia zawodnika w piłce wodnej, przez swą dodatkową ocenę punktową pozwala na wyłonienie najlepszego i najbardziej wszechstronnego piłkarza wodnego w danym zespole, a tym samym umożliwia prowadzenie współzawodnictwa między zawodnikami, zwiększając w ten sposób atrakcyjność próby.

Punktowa ocena wyników przy tego rodzaju próbach nie powinna budzić zastrzeżeń, gdyż pomyślana została z następujących względów:

- Punktowy system oceny, dodatkowo zapewnia uzyskanie jednolitego obiektywnego miernika i pozwala na indywidualne i drużynowe współzawodnictwo.

Centralny Wojskowy Klub Sportowy — wielokrotny mistrz Polski w piłce wodnej. Od lewej: Minartowicz, Zelman, Szczypko, Jera, Zimny, Kędzia i Jaworski

Foto Warmiński



W y n i k i

oceny indywidualnego wyszkolenia zawodników kadry narodowej przygotowującej się do II M.I.S.M.

(lipiec 1955)

L. p.	Nazwisko i imię	Wytrzymałość Wynik 400 m	Wytrzymałość Pkt.	Szybkość Wynik 25 m	Szybkość Pkt.	Drybling Wynik 25 m	Drybling Pkt.	Zwrotność Wynik 25 m	Zwrotność Pkt.	Rzuty na odległość Wynik	Rzuty na odległość Pkt.	Rzuty do celu Wynik	Rzuty do celu Pkt.	Ogólna ilość pkt.	%
1.	Jaworski Bogdan	5.17,1	106	0,15,3	74	0,15,8	84	0,15,7	106	42	84	2	20	474	79,0
2.	Jera Anatol	5.18,1	104	0,15,4	72	0,15,6	88	0,16,8	84	36	72	2	20	440	73,3
3.	Zimny Jan	5.24,7	91	0,14,4	92	0,14,9	102	0,17,1	78	33	66	0	0	429	71,5
4.	Zelman Jan	5.59,0	22	0,14,8	84	0,15,3	94	0,16,7	86	38	76	3	30	392	65,3
5.	Gadzikiewicz Jerzy	5.24,2	92	0.15,8	64	0,15,7	86	0,18,7	46	38	76	1	10	374	62,3
6.	Czuperski Aleksander	5.43,1	54	0,16,1	58	0,16,0	80	0,16,5	90	33	66	2	20	368	61,3
7.	Stodółka Jan	5.42,0	56	0,15,7	66	0,17,1	58	0,16,6	88	32	64	1	10	342	57,0
8.	Frąckowiak Stanisław	5.45,4	49	0,16,6	48	0,16,4	76	0,16,9	82	37	74	0	0	329	54,8
9.	Minartowicz Adam	5.42,6	55	0,16,2	56	0,17,5	50	0,18,1	58	42	84	2	20	323	53,8
10.	Szymura Witold	5.36,5	67	0,16,1	58	0,17,1	58	0,18,4	52	33	66	2	20	321	53,5
11.	Szubarga Bogdan	5.38,0	64	0,16,1	58	0,17,5	50	0,18,5	50	39	78	1	10	310	51,6
12.	Zguda Henryk	6.00,7	19	0,17,1	38	0,18,3	34	0,17,6	68	42	84	3	30	272	45,6

- Współzawodnictwo czyni tę żmudną próbę, a zarazem trening w piłce wodnej bardziej atrakcyjnym.

- Każdy zawodnik może wykazać swoje zaawansowanie w podstawowych i wymiernych elementach technicznych gry w piłkę wodną, tak w ocenie formalnej (sekundy i metry) jak i punktowej.

- Współzawodnicza forma oceny wyszkolenia zawodnika przez swą obiektywną ocenę punktową powinna spełniać rolę wychowawczą w wyrabianiu świadomego poczucia istotnych wartości danego zawodnika i jego miejsca w drużynie.

- Wyniki oceny powinny mieć decydujący wpływ nie tylko na personalne zestawienie składu drużyny, ale także na obsadę poszczególnych pozycji w grze, jak i ustawienie składu drużyny w zależności od sposobów gry danego przeciwnika. Kryteria te powinny być także brane pod uwagę przy powoływaniu zawodników do kadry narodowej, czy też zrzeszeniowej.

- Punktowy system oceny umożliwia w okresie przygotowawczym do rozgrywek, organizowanie towarzyskich spotkań, (bezpośrednich czy też korespondencyjnych) pomiędzy dwoma, czy też kilkoma drużynami na zasadzie propagandowego „ośmioboju".

Proponowana przez nas próba ustalenia obiektywnej oceny indywidualnego wyszkolenia zawodnika w piłce wodnej mimo, że oparta została na materiale doświadczalnym (w ramach przygotowań kadry narodowej w piłce wodnej do II M. I. S. M. w Warszawie, w r. 1955, przeprowadzono z 15 zawodnikami próbę oceny 6 elementów wchodzących w zakres obecnie proponowanych prób — patrz tabela), nie została jeszcze w naszej praktyce sprawdzona i potwierdzona — posiada zatem niewątpliwie szereg błędów.

Aby błędy te usunąć i definitywnie ustalić formy praktycznej oceny — należy zebrać dostateczną ilość doświadczalnego materiału. Prosimy zatem uprzejmie zainteresowane czynniki i osoby o przesyłanie do I. N. K. F. swoich uwag odnośnie formy proponowanej próby i materiału z przeprowadzonych ocen indywidualnego wyszkolenia zawodnika w piłce wodnej.

Mgr JAN PUDŁO

PADŁY PIERWSZE BRAMKI w lidze

WDNIACH 16 i 17 czerwca w Warszawie i Łodzi wystartowało do rozgrywek o mistrzostwo ligi piłki wodnej osiem drużyn a mianowicie: CWKS W-wa, Sparta Poznań, Gwardia Stalinogród, Polonia Bytom, Stal Ostrowiec, Stal Stalinogród, Stal Szczecin i CWKS Łódź. Mimo przenikliwego zimna szczególnie w pierwszym dniu rozgrywek i temperatury powietrza ok. 14—16 stopni, dzięki doprowadzeniu ciepłej wody, wszystkie spotkania odbyły się bez przeszkód. Inauguracyjne spotkania dowiodły jeszcze raz jak wielkie znaczenie dla dalszego rozwoju pływania ma ilość pływalń otwartych z podgrzewaną sztucznie wodą.

Oto uczestnicy pierwszych gier:

CWKS W-wa. Trener Aleksander Czuperski. Szczypko, Zelman, Jera, Zimny, Jaworski, Minartowicz, Kędzia.

Stal Stalinogród. Trener Szczok. Szołtysek, W. Dutkowiak, St. Dutkowiak, Szczok, Wolny, Swierkot, Piwko, Kałuża.

Stal Ostrowiec. Trener Zakrzewski. Zakrzewski, Majewski, Mazurkiewicz, Czerwik, Kwiatkowski, Jagodziński, Suchodolski, Rybkowski.

Stal Szczecin. Trener Kubik. Prokurat, Lewiński, Janiak, Kalucik, Gralewski, Tumiłowicz, Grzybek.

Sparta Poznań. Trenerzy Gromadziński i Szubarga. Zakrzewski, Frąckowiak, Koprowiak. J. Wojciechowski, M. Wojciechowski, J. Lutomski, Szubarga.

Polonia Bytom. Trener Gadzikiewicz. Łuczak, Czubak, H. Łuczak, Bastek, Stefan, Gadzikiewicz, Widawski.

Gwardia Stalinogród. Trener Wąs. A. Pojda, St. Pojda, Nowaczyk, Grabski, Stodółka, Szymura, Jaksa, Wąs.

CWKS Łódź. Trener Nurek. Grychtoł, Ipczyński, Lachman, Boniecki, Puchała, Ginda, R. Łuczak.

ROZGRYWKI WARSZAWSKIE

CWKS W-wa — Stal Stalinogród 10 : 0 (4 : 0). Bramki zdobyli: Minartowicz — 3, Jaworski, Zelman, Kędzia po 2, Zimny — 1.

CWKS W-wa — Stal Szczecin 15 : 1 (10 : 0). Bramki dla CWKS strzelili: Minartowicz—6, Kędzia — 4, Jera — 3, Jaworski — 2, dla Stali — Janiak.

Stal Ostrowiec — Stal Szczecin 2 : 1 (1 : 0). Bramki dla zwycięzców strzelili: Czerwik i Suchodolski, dla pokonanych — Janiak.

Stal Ostrowiec — Stal Stalinogród 3 : 3 (1 : 1). Bramki dla Stali Ostrowiec zdobyli: Suchodolski — 2 i Czerwik, dla pokonanych Wolny i Mazurkiewicz (samobójcza).

ROZGRYWKI ŁÓDZKIE

Gwardia Stalinogród — CWKS Łódź 4 : 3 (2 : 1). Bramki dla Gwardii strzelili: Szymura — 2, Ginda — 1 (samobójcza) i Stodółka, dla CWKS — Lachman — 2 i Boniecki.

Gwardia Stalinogród — Sparta Poznań 4 : 3 (3 : 1). Bramki dla Gwardii zdobyli: Wąs — 2 oraz Szymura i St. Pojda, dla Sparty — J. Lutomski — 2 i J. Wojciechowski.

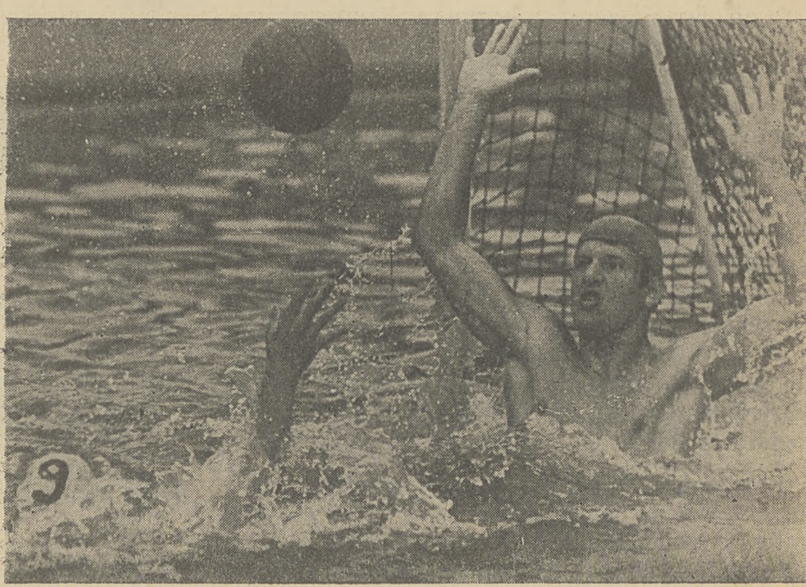
Polonia Bytom — CWKS Łódź 3 : 2 (1 : 1). Bramki dla Polonii strzelili: Weryna, Gadzikiewicz i Bastek, dla pokonanych — Ginda — 2.

Sparta Poznań — Polonia Bytom 4 : 2 (2 : 0). Bramki dla Sparty zdobyli: Frąckowiak — 2 oraz bracia Wojciechowscy, dla pokonanych — Bastek i Stefan.

Spotkania w Warszawie prowadzili sędziowie: H. Krajczewski (Poznań) i J. Brzozowski (Warszawa), w Łodzi zaś: M. Kopral i J. Górnik.

To była pierwsza bramka w lidze. Prokurat (Stal Szczecin) puścił 15 goli, strzelonych przez napastników CWKS-u

Foto Warmiński



PŁYWACY AUSTRALII POD ZNAKIEM 5 KÓŁEK

25 pływaków Australii zostało objętych przygotowaniami olimpijskimi, które rozpoczęły się pod kierunkiem czterech trenerów: Gallagher, Herford, Carlile, Guthrie. W przygotowaniach bierze udział cała czołówka z Henricksem, Chapmanem, Rose oraz Crapp i Frazer na czele. Przygotowania odbywają się w czterech ośrodkach: w Sydney, trenerzy Guthrie i Herford; Townsville (Oveensland) — Carlile; Brokenlred (Nowa Południowa Walia) — Gallagher.

Faith Leech przygotowuje się pod kierunkiem trenera Froclich w Melbourne.

Słynny trener Jon Henricksa — Gallagher zapytany o szanse jego wychowanków na 100 m dow. na Olimpiadzie powiedział: Henricks znajduje się w dobrej kondycji, chodzi tylko o to aby ją utrzymać do Igrzysk. Aby wygrać finał w Melbourne Henricks musi osiągnąć najmniej 55 sek.

NAWRÓT KOZIOŁKOWY W KRAULU

BELA RAJKI

PRZY wielu okazjach podkreśla się, że słabą stroną naszych pływaków są nawroty a szczególnie uwidacznia się to u sprinterów, którzy z reguły na nich tracą.

Cała światowa czołówka sprinterów stosuje powszechnie, od dość dawna, nawroty koziołkowe. Niestety, na naszych pływalniach rzadko mamy sposobność obserwować tego rodzaju nawroty. Polscy sprinterzy rzadko na ogół je stosują w czasie wyścigu. Naszym zdaniem, opanowanie i stosowanie tego nawrotu może poważnie przyczynić się do urwania dalszych cennych sekund z rekordów.

W celu upowszechnienia nawrotu koziołkowego zamieszczamy fragment z książki Beli Rajki pt. „Technika pływania wyczynowego", omawiający technikę jego wykonania oraz kinogram nawrotu demonstrowanego przez Judytę Temes.

* * *

Nawroty w stylu dowolnym, w odróżnieniu od nawrotów w innych stylach, nie są ograniczane przepisami. Zasadniczym, obowiązującym momentem jest dotknięcie ściany ręką. Stąd też w tym stylu mamy dużą rozmaitość w sposobach wykonywania nawrotów. Nawroty w stylu dowolnym, a więc w kraulu, możemy podzielić na dwie grupy: sprinterskie i długodystansowe. W pływaniu sprintem istota zagadnienia polega na tym, by prujące wodę ciało mogło zmienić kierunek **bez wytracenia szybkości**. Najszybszym ale i najtrudniejszym jest nawrót koziołkowy. Nawrót ten nie tylko, że nie zmniejsza szybkości, ale dynamiką przerzutu i odbicia jeszcze ją wzmacnia.

Przy opanowaniu „koziołka" najistotniejszym jest doprowadzenie do perfekcji serii poszczególnych ruchów, tak by stały się one naturalnym nawykiem. Muszą one przejść w rytmikę ruchów stylu. Nieodzownym jest wykonywanie tego nawrotu przy dojściu do ściany — tak lewą jak i prawą ręką.

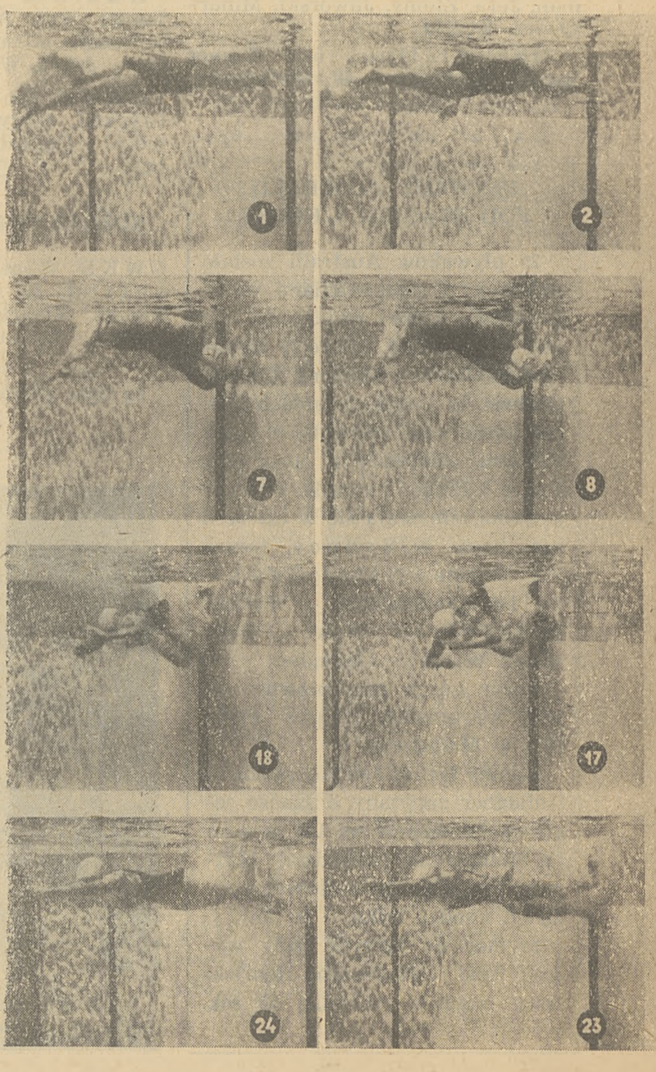
Nawrót koziołkowy zaczyna się przy dużej odległości od ściany pływalni. Przy nawrocie tym jest bowiem konieczne, by pływak rozeznał odległość dzielącą go od ściany. Chodzi mianowicie o to, by, bez zmiejszania szybkości, wydłużyć czy skrócić ostatnie tempa pracy rąk względnie wzmocnić pracę nóg, tak by jak najdogodniej dojść do ściany nawrotowej.

Rozeznanie odległości nie może być jednak dokonane kosztem żadnego ruchu, który naruszałby rytmikę stylu, a więc np. przez sztuczne podniesienie pozycji czy głowy. **Rozeznanie na powierzchni winno nastąpić tylko przy wdechu za pomocą oznakowanych lin torowych, a pod wodą zaś za pomocą szlaku na dnie pływalni.**

Na odległość około metra przed ścianą wyciągamy rękę wykonującą nawrót (na kinogramie prawa) przygotowując się do jej dotknięcia. Równocześnie przeciwna ręka (lewa) energicznie kończy pociągnięcie (klatka 1—3).

Ciało jeszcze przed dojściem do ściany rozpoczyna obrót wokół swej osi (kl. 4—5) w wyniku czego następuje skręcenie pozycji w bok, wynoszące około jednej czwartej obrotu. Wyciągnięta ręka na głębokości 30—35 cm pod powierzchnią wody dotyka ściany odwróconą na zewnątrz dłonią.

Dokonanie zmiany kierunku, bez wytracenia szybkości warunkuje elastyczne ugięcie ręki w łokciu oraz odrzucenie głowy do tyłu, nadając tym kierunek zwrotu płynącego ciała. Równo-



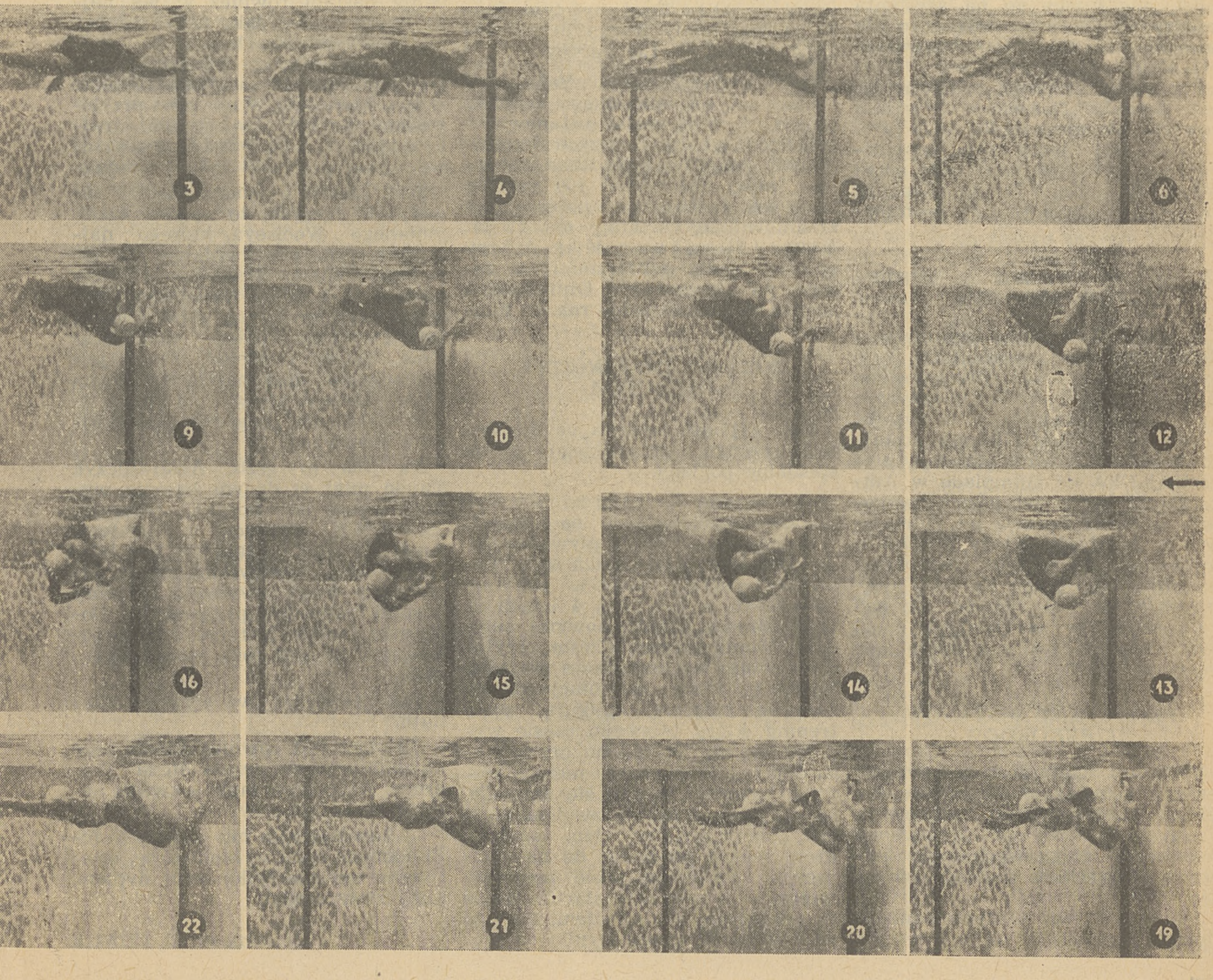
cześnie rozpoczyna się uginanie nóg w kolanach (kl. 6). Ręka wykonująca nawrót oraz nogi, uginają się coraz bardziej (kl. 7—9) doprowadzając nieomal ciało do pozycji kucznej, z której dokonuje się obrót (kl. 10). Podkurczone nogi silnym ruchem z bioder, zostają przerzucone nad powierzchnią wody na ścianę nawrotu. Przerzucenie nóg w powietrzu (kl. 11—12), a więc bez oporu wody, w dużej mierze przyspiesza wykonanie nawrotu i stanowi najważniejszy moment jego wartości. W chwili, gdy stopy dotkną ściany, ugięta w łokciu prawa ręka wykonująca nawrót energicznie prostuje się, odpychając ciało od ściany (kl. 12—13) i nadając tym samym dalszy kierunek obrotu.

W tej całej serii ruchów, lewa ręka, powoli, bez stwarzania dodatkowej powierzchni oporu ugina się w łokciu i przesuwa wzdłuż tułowia do przodu. W momencie dojścia ręki do głowy i przerzutu nóg (kl. 14), ciało dochodzi do maksymalnego skurczenia. Na zakończenie obrotu stopy ruchem ślizgowym dochodzą na ścianie do pewnego kąta (kl. 15—17), w którym znajdują punkt oparcia. Na tym zasadniczo kończy się obrót, a zaczyna nowa, końcowa już faza nawrotu — odepchnięcia się od ściany. Zasadniczym warunkiem odepchnięcia jest pewne i mocne oparcie stóp o ścianę, gdzieś około 30—40 cm pod powierzchnią (kl. 17—18). Równocześnie z rozpoczęciem odepchnięcia przez silny wyprost nóg obie ręce przechodzą wyprostowując się, do przodu. Kierunek szybowania ciała po odepchnięciu nadaje ustawienie dłoni (kl. 18—24).

Odepchnięcie następuje przez serię ruchów prostujących nogi. Ruch ten rozpoczyna się z biodra, dalej przez kolana, aż do zakończenia go sprężystym wyprostowaniem z kostki stopy (kl. 18—23). Odepchnięcie się od ściany nie może być zbyt gwałtowne, winno stopniowo wzrastać, a szczytową siłę osiągnąć gdzieś w 30% wykonywania (kl.21). Stopniowe narastanie siły odepchnięcia gwarantuje pewność odepchnięcia oraz właściwy kierunek szybowania ciała. Na zakończenie należy dodać, że w nawrocie koziołkowym występuje w wyniku energicznego przerzutu i bardzo bliskiego dojścia ściany o wiele silniejsze odepchnięcie niż we wszystkich innych nawrotach. Stąd też szybkie szybowanie pływaka pod wodą, które bywa nawet czasami przyspieszeniem tempa.

W wyniku tego na nawrocie tym należy włączyć pracę nóg i rąk.

tłumaczył i opracował T. Ó.



BOB KIPHUTH—czarodziej z Yale

W TABELI pływackich rekordów świata przy rubryce: „*Sztafety stylem dowolnym mężczyzn*" — 21 razy figurują dwa słowa: UNIWERSYTET YALE. Jest to jedyny wypadek w historii pływania, aby jeden i ten sam klub ustanawiał tyle razy rekord.

Kryty basen Uniwersytetu Yale w USA jest czymś w rodzaju pływackiej Sorbony. Katedrę od 40 lat prowadzi ten sam profesor, a na jego słynne na cały świat wykłady, uczęszcza w każdym sezonie 500 słuchaczy. Sylwetka tego profesora — jednego z najlepszych trenerów świata w stylu dowolnym, jest tak interesująca, że warto zapoznać z nią sympatyków sportu pływackiego w Polsce.

42 LATA TEMU...

Było to wiosną pamiętnego 1914 roku. Przez stary, piękny park Uniwersytetu Yale szedł w kierunku auli, 25-letni, młody człowiek o niezbyt imponującej aparycji, w okularach, o charakterystycznej, okrągłej głowie. W wewnętrznej kieszeni jego skromnej marynarki spoczywał dyplom ukończenia wyższej szkoły i list, angażujący go na asystenta katedry wychowania fizycznego dla najmłodszych studentów Uniwersytetu Yale.

Ów młody człowiek nazywał się Bob Kiphuth. Nazwisko to jeszcze wówczas nic nie mówiło. Dziś prof. Kiphuth jest jedną z najpopularniejszych sylwetek w świecie sportowym. W styczniu br. Bob Kiphuth obchodził 40-lecie pracy profesorskiej.

TRENER PŁYWANIA — DYREKTOR SPORTÓW

W ciągu 40 lat pracy tego niezwykłego człowieka, reprezentacje Yale wygrały 455 spotkań, przegrywając zaledwie 12, co jest bodaj jedynym tego rodzaju osiągnięciem w świecie.

W 1928 r. Bob Kiphuth zostaje mianowany kierownikiem ekipy pływackiej USA na Olimpiadę w Amsterdamie. W 20 lat później wykonuje tę samą funkcję na Olimpiadzie w Londynie. Kiedy w 1946 r. proponują mu objęcie stanowiska naczelnego dyrektora Sportów Uniwersytetu w Yale, zgadza się pod warunkiem, że w dalszym ciągu będzie kontynuował swą pracę jako trener pływacki.

PRODUCENT MISTRZÓW I REKORDÓW

W 1949 r. Kiphuth zachorował na serce — przekazuje stanowisko dyrektora swemu synowi Dalaneyowi, a sam po krótkiej rekonwalescencji w dalszym ciągu wychowuje mistrzów pływackich spośród studentów Yale.

Jednym z jego wychowanków, którego prowadził od pierwszych



lekcji, przekazując mu cierpliwie arkana swej wiedzy, był mistrz olimpijski z Londynu (1948 r.) na 100 m grzb. Allan Stack. Inny jego uczeń — Allan Ford, był tym, który odebrał Johny Weismüllerowi rekord świata na 100 yardów.

Basen Uniwersytetu Yale był świadkiem już niejednego rekordu świata. Ostatni został ustanowiony przez jednego z najlepszych uczniów „Boba", Australijczyka Rexa Aubreya, który przepłynął 100 yardów w 49 sek. Jasnowłosy i potężny, jak średniowieczny Wiking, ma 21 lat mierzy 1.85 cm i waży 80 kg. Aubrey studiuje nauki polityczne i ma zamiar po Igrzyskach Olimpijskich wrócić na jeszcze jeden rok do Yale.

METODY TRENINGOWE KIPHUTHA

Bob Kiphuth posiada co do metod treningu pływackiego swoje specjalne poglądy.

— Uważam — twierdzi w wywiadzie drukowanym na łamach L'Equipe, — że styl w pływaniu dowolnym jest od 25 lat ten sam. Niezwykłe postępy, których jesteśmy świadkami w ostatnich 4 latach są spowodowane jedynie nowymi metodami treningowymi. Często przytaczam moim wychowankom przykład Zatopka, który zrewolucjonizował zaprawę biegową, aplikując sobie trening, który w swoim czasie wydałby się np. Nurmiemu czymś absurdalnym. W pływaniu metodą treningu również mocno się zmieniła. Ja oczywiście jestem zwolennikiem tzw. „wind-sprintu", tzn. sprintu, który można porównać do następujących krótko po sobie porywów wiatru — a więc serii startów na 25 m zakończonych nawrotem. Daje to zdecydowanie lepsze wyniki od niekończącego się przemierzania całej długości basenu.

Kiedyś, w ciągu godziny wykonywano o połowę mniej pracy pod względem intensywności, aniżeli dzisiaj. Każdy trener jest powołany do tego, żeby najlepiej poznać możliwości swych pływaków i dlatego nie chcę nikomu narzucać mojej metody treningowej.

NIE BĘDZIE WSPÓLNEGO OBOZU PRZEDOLIMPIJSKIEGO W USA

Wobec niezwykłego terminu obecnych Igrzysk, ekipa USA nie będzie przebywała na żadnym zgrupowaniu przedolimpijskim. Każdy trener będzie przygotowywał swych pupilów według swego uznania, zarówno w okresie przed, jak i po zawodach selekcyjnych, które odbędą się w sierpniu w Detroit.

Doradziłem natomiast naszemu Komitetowi Olimpijskiemu, który postanowił się do tego zastosować, żeby nasi pływacy polecieli do Melbourne ostatnim, będącym do ich dyspozycji samolotem, tzn. dokładnie na 7 dni przed rozpoczęciem zawodów pływackich. Powrót naszej ekipy nastąpi również w jak najkrótszym czasie tak, żeby chłopcy nie przerywali swych zajęć na uczelni na okres dłuższy niż trzy tygodnie. Mam już pewne doświadczenie w tym kierunku. W ub. roku przylecieliśmy do Tokio w ostatniej chwili, mając za sobą trzydziestogodzinną podróż, a wyniki były doskonałe.

Jeśli chodzi o amerykańskich faworytów Igrzysk, to oprócz wspomnianego Woolseya, którego najgroźniejszym przeciwnikiem na 400 m będzie Muray Rose, typuję Bobby Breena na 1 500 m. Najlepszymi naszymi sprinterami są John Glover, Reid Patterson i jeden z moich uczniów, Sandy Gideonse, który jest jednocześnie doskonałym piłkarzem i koszykarzem, ale wydaje mi się, że wszystkich ich „pogodzi" Australijczyk Henricks.

Na 100 m grzb. Australijczyk Thiele miał w dużym basenie wyniki lepsze od Bozona, osiągając czas 1:04,4. Wreszcie w sztafecie Australijczycy wydają się być zdecydowanymi faworytami, ale tu Japończycy mogą wywrócić do góry nogami wszystkie prognostyki. Doprawdy trudno jest coś o tym powiedzieć na pół roku przed Igrzyskami.

Tak zakończył swe wywody Kiphuth.

Ciekawe jest również zdanie jego najzdolniejszego ucznia Rexa Aubreya, który zapytany o swego nauczyciela oświadczył:

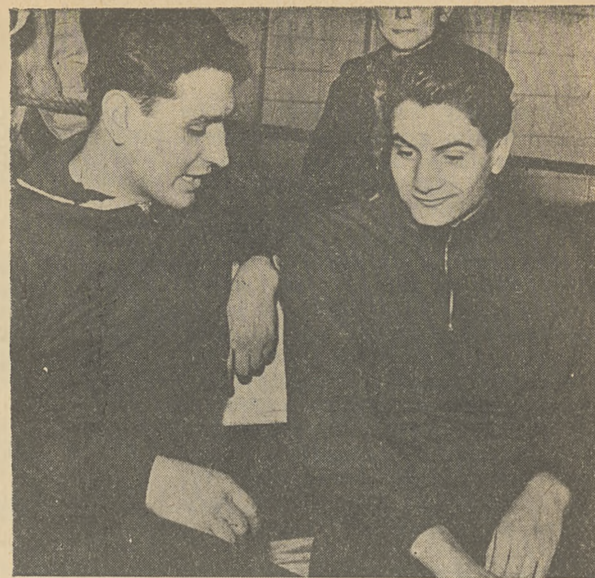
— Zawdzięczam mu wszystko. Jeśli zdobędę tytuł w Molbourne, ofiaruję mu nie tylko swój dyplom, ale i złoty medal.

Opracowała E. CUNGE

Zaborszky dogania czołówkę zza oceanów

a Gremlowski zachowuje stoicki spokój

Jakkolwiek od ustanowienia nowego rekordu na 1 500 m st. dowolnym przez Amerykanina Breena upłynęło już sporo czasu, prasa fachowa całego świata w dalszym ciągu snuje rozważania na temat szans długodystansowców na igrzyskach w Melbourne.



Gremlowski i Zaborszky będą reprezentować stary kontynent w walce z Breenem, Australijczykami i Japończykami

Foto Nogaj

Nas także najbardziej interesuje ta konkurencja z uwagi na poważne szanse Gremlowskiego, właśnie na dystansie 1 500 m. Przecież to Gremlowski był w roku ubiegłym najlepszym z naszych pływaków, na liście światowej, plasując się na szóstym miejscu z czasem 18.51,7 min. Przed nim na pierwszym miejscu figurował jedynie Japończyk Ohno, Amerykanin Breen (z czasem 18.38,6) na drugim, Japończycy Aoki i Shoji na trzecim i czwartym, wreszcie Węgier Zaborszky na piątym miejscu w czasie 18.48,5 min.

Ponieważ Gremlowski w bezpośrednim pojedynku zdecydowanie pokonał Zaborskiego i w lepszych warunkach mógł swój czas znacznie poprawić — wydawało się, że posiada on szanse na finał olimpijski, a może nawet i... medal!

Dlaczego nie mamy być optymistami w stosunku do możliwości Gremlowskiego? Postępy długodystansowców są czasami tak nieprzewidziane, że zdumiewają największych ekspertów. Oto w ub. roku fachowcy japońscy zapytani o szansę na olimpiadę, odpowiedzieli bez wahania: *1 500 m wygrywają dwaj Japończycy, a brązowy medal zdobędzie albo... Japończyk, albo... ktoś inny!* Wątpimy, czy myśleli koniecznie o Breenie, jako o tym „kimś innym“, Breen wyglądał raczej na przemęczonego ostatnim sezonem.

A jednak nie kto inny jak Breen poprawił się w ciągu zimy o 30,8 sek. i ustanowił fantastyczny rekord świata.

Albo młody Węgier Zaborszky: dwukrotnie poprawił rekord Europy, za pierwszym razem uzyskał czas 18.36,9, a następnie 18.28,4. A więc i on poprawił się w ciągu zimy o całe 20 sek.

Czy Gremlowskiego nie stać na taki skok? Tym bardziej, że ostatnie wyniki obalają teorię, iż tylko bardzo szybcy na 100 m zawodnicy mają szanse na osiągnięcie dobrych wyników na 1 500 m. W tej chwili notujemy w czołówce światowej coraz więcej długodystansowców, którzy posiadają szybkość mniejszą niż Gremlowski. Wiemy, że Gremlowski stosując regularność tempa — wygrał na igrzyskach młodzieżowych z Csordasem i Zaborskim. Przed nami leży dokładny grafik biegów rekordzistów świata — Furuhashiego i Breena, oraz Zaborskiego, kiedy po raz pierwszy ustanawiał rekord Europy.

Jak widzimy Breen pobił rekord Furuhashiego głównie dzięki silniejszemu tempu na pierwszym odcinku dystansu. Zaborszky atakując po raz drugi rekord Europy, uzyskał na 200 m — 2.17,6 min., na 400— 4.41,0, a na 800 m ponownie poprawił rekord kraju w czasie 9.42,4 min. A więc i on poprawił swój wynik głównie dzięki silniejszemu tempu natychmiast po starcie. Na pierwszych 800 m polepszył swój wynik o 5,2 sek. a na reszcie dystansu 2,3 sek. Gremlowski natomiast podczas swego rekordowego wyścigu uzyskał na 400 m 4.52,1. na 800 — 10.01,0 (rek. O.) 1 000 m — 12.34,4 m. osiągając ostatecznie czas 18.51,7 min.

Gremlowski nie startował jeszcze w tym sezonie na długim dystansie, za wcześnie więc ulegać panice na wieści o ogromnych postępach jego konkurentów. Pamiętajmy także, jak wielu rekordzistów świata i Europy będąc we wspaniałej formie w roku olimpijskim, zawiodło na igrzyskach w Helsinkach.

Niemniej jednak sądzimy, że przeciętne wyniki uzyskiwane przez Gremlowskiego na 400 m, są pewnego rodzaju sygnałem alarmowym. Bo kondycji na 1 500 m nie musi jeszcze dzisiaj posiadać — szybkość jest jednak pewnego rodzaju kartą kontrolną dla długodystansowca na początku sezonu.

J. NOGAJ

	Furuhashi		**Breen**		**Zaborszky**	
100 m	1,07,6	1,07,6	1,04,5	1,04,5	1,05,6	1,05,6
200 m	2,19,3	1,11,7	2.15,5	1,11,0	2,18,2	1,12,6
300 m	3,31,3	1,12,0	3,28,0	1,12,5	3,32,1	1,13.9
400 m	4,45,0	1,13,7	4,41,0	1,13,0	4,47,2	1,15,1
500 m	5,58,6	1,13.6	5,54,0	1,13,0	6,02,5	1,15,3
600 m	7,11,8	1,13,2	7,07,8	1,13,8	7,17,5	1,15.0
700 m	8 26,3	1 14,5	8,21,6	1,13,8	8,35,0	1,17,5
800 m	9,40.7	1,14,4	9,35,2	1,13,8	9.48,7	1,13,7
900 m	10,53,8	1,13.1	10,48,2	1,13,0	11,04,4	1,15,7
1000 m	12,06,9	1,13.1	12,01,8	1.13,6	12,20,2	1,15,8
1100 m	13,20,9	1,14 0	13,15,0	1,13,2	13,35,8	1.15,6
1200 m	14,35.9	1,15,0	14,28,4	1,13,4	14,51,6	1,15,8
1300 m	15,51,0	1,15,1	15,41,7	1,13,3	16,07,6	1,16,0
1400 m	17,06,3	1,15,3	16,54,8	1,13,1	17,23,4	1,15,8
1500 m	18,19,0	1,12,7	18,05,9	1,11,1	18,36,9	1,13,5

TABELA 10 NAJLEPSZYCH ŚWIATA W 1956 r.

43 rekordy świata, zatwierdzone na ostatnim posiedzeniu Komitetu Wykonawczego FINA są najlepszą ilustracją nie tylko nieustannego postępu pływania na całym świecie, lecz przede wszystkim olbrzymiego skoku, jaki zrobiła czołówka świata. Nie ulega wątpliwości, że gdyby czołówka nie miała mocnego i szerokiego zaplecza skok ten nie byłby tak wielki. Rozwija się pływanie nie tylko wśród znanych i uznanych potęg pływackich, jakimi są Japonia i USA czy też Holandia lub Węgry, ale obejmuje swym zasięgiem piąty kontynent świata — Australię i Nową Zelandię, egzotyczne kraje Azji, sięga do Południowej Ameryki i Afryki.

Wytężona praca zawodników i trenerów nieustannie przesuwa „granice ludzkich możliwości".

Przez dwadzieścia lat nie wydawało się możliwe, aby jakaś zawodniczka mogła przepłynąć 100 m dow. szybciej od rekordu Den Ouden — 1:04,6. „Czarodziejska trójka" z Australii: Frazer, Leech, Crapp rozwiała mit legendarnej Holenderki. Kilka startów utalentowanej Gastelaars potwierdziło, że „w pływaniu nie ma nic pewnego". Pierwsze miesiące roku 1956 obaliły dwudziestoletnią tradycję, a dla każdego jest rzeczą oczywistą, że żadna z wymienionych zawodniczek nie powiedziała jeszcze ostatniego słowa.

Siedem lat trwał rekord Furuhashi na 1 500 m dow. Wydawało się, że wynik „latającej ryby" jak nazwano Japończyka przetrwa w tabeli nie mniej długo niż rekord Arne Borga. I nagle z „fabryki rekordów" w New Haven (USA) wyskoczył Breen, a w dalekiej Australii czai się Rose i Garrety, by zająć w tabeli miejsce Amerykanina.

Nie ulega najmniejszej wątpliwości, że na ten wielki „ruch w interesie" wywiera olbrzymi wpływ zbliżająca się Olimpiada. Urok olimpijskich medali, specyficzna atmosfera wielkich zawodów sprawia, że na każdej prawie pływalni świata już od dawna toczy się wielki bój trenerów i zawodników z czasem.

Podana niżej tabela 10 najlepszych pływaków świata na dzień 18 czerwca jest szczególnie charakterystyczna — właśnie w perspektywie olimpiady.

Sezon w Australii i USA zakończył się. I jedni i drudzy zawodnicy mieli wspaniałe wyniki. Jeśli nie znajdziecie na listach pływaków amerykańskich to nie łudźcie się, że są gorsi od tych co się na nich znajdują. Po prostu nie pływali na basenach 50 m. Zakończył się również sezon u pływaków Ameryki Południowej. Obecnie jesteśmy w przededniu rzucenia wszystkich kart na stół przez Japonię i Europę. W wielu krajach sezon dopiero rozpoczyna się. Każdy dzień, każde zawody będą przynosiły zmiany w układzie sił. Jest jeszcze za wcześnie, by mówić radośnie o pierwszych lokatach, jak również, by smucić się z faktu, że brak wielu czołowych pływaków na listach najlepszych. Największą sztuką trenerską jest doprowadzenie szczytu formy u zawodników na określony czas. I dlatego będzie warto porównać obecną tabelę z... olimpijską.

(stp)

MĘŻCZYŹNI

100 m stylem dowolnym

Rekord świata
— Cleveland — USA 54.8 (1954)
Rekord Europy
— Jany — Francja 55.8 (1947)
Rekord Polski — Tołkaczewski 58.4 (1954)

1.	Henricks — Australia —	55,5
2.	Chapman — Australia —	56,3
3	Devitt — Australia —	57,0
4.	Steuart — Płd. Afryka —	57,4
5.	Magyar — Węgry —	57,4
6.	Dobay — Węgry —	57,7
7.	Weld — Australia —	58,0
8.	Nyeki — Węgry —	58,1
9	Lara — Brazylia —	58,4
10.	Eminente — Francja —	58,5

440 m stylem dowolnym

Rekord świata
— Konno USA 4.26,7 (1954)
Rekord Europy
— Romani Włochy 4.30,0 (1956)
Rekord Polski
— Gremlowski 4.39,8 (1955)

1.	Rose Australia —	4.31,3
2.	Zaborszky — Węgry —	4.35,9
3.	Ats — Węgry —	4.37,0
4.	Garretty — Australia —	4.37,3
5.	Boiteux — Francja —	4.37,6
6.	O'Hallaran — Australia —	4.37,8
7.	Chapman — Australia —	4.39,0
8.	Martinez — Kolumbia —	4.39,9
9.	Stevart — Płd. Afryka —	4.40,1
10.	Santos — Brazylia —	4.40,5

1 500 m stylem dowolnym

Rekord świata
— Breen USA 18.05,9 (1956)
Rekord Europy
— Zaborszky 18.28,4 (1956)
Rekord Polski
— Gremlowski 18.51,7 (1955)

1.	Brenn — USA —	18.05,9
2.	Rose — Australia —	18.20,8
3.	Garretty — Australia —	18.27,5
4.	Zaborszky — Węgry —	18.28,4
5.	Winram — Australia —	18.44,4
6.	Zevenboom — Australia—	18.51,6
7.	Ławrynienko — ZSRR —	19.00,8
8.	Duncan — Płd. Afryka —	19.00,0
9.	Kramer — Argentyna —	19.03,5
10.	Stevart — Płd. Afryka —	19.03,6

100 m stylem grzbietowym

Rekord świata
— Bozon — Francja 1.02,1 (1955)
Rekord Europy
— Bozon — Francja 1.02,1 (1955)
Rekord Polski
— Jaśkiewicz 1.07,6 (1955)

1.	Theile — Australia —	1.04,0
2.	Magyar — Węgry —	1.05,9
3.	Hase — Japonia —	1.06,2
4.	Maucton — Australia —	1.06,6
5.	Hurring — N. Zelandia —	1.07,1
6.	Hayers — Australia —	1.07,1
7.	Sołowiew — ZSRR —	1.07,5
8.	Miersch — NRF —	1.07,8
9.	Müller — Węgry —	1.07,8
10.	Goncalves — Brazylia —	1.08,1

200 m stylem klasycznym

Rekord świata
— Furukawa — Japonia 2.31,0 (1955)
Rekord Europy
— Gleie — Dania 2.35,0 (1956)
Rekord Polski
— Petrusewicz 2.37,4 (1954)

1.	Furukawa — Japonia —	2.36,6
2.	Yoshimura — Japonia —	2.40,4
3.	Gołowczenko — ZSRR —	2.40,5
4.	Gleie — Dania —	2.40,8
5.	Utassy — Węgry —	2.41,5
6.	Desmit — Belgia —	2.41,6
7.	Broussard — Francja —	2.42,1
8.	Fritsche — NRD —	2.42,5
9.	Enke — NRD —	2.42,5
10.	Kimura — Japonia —	2.42,8

200 m stylem motylkowym

Rekord świata
— Yorzyk — USA 2.16,7 (1956)
Rekord Europy
— Mäsel — NRF — 2.24,0 (1956)
Rekord Polski
— Raczyński 2.34,4 (1955)

1.	Yorzyk — USA —	2.20,0
2.	Tumpek — Węgry —	2.24,6
3.	Ats — Węgry —	2.25,9
4.	Ishimoto — Japonia —	2,28,8
5.	Weber — NRF —	2.29,4
6.	Mäsel — NRF —	2.32,0
7.	Nelson — USA —	2.32.1
8.	Bettemps — Argentyna —	2.34,6
9.	Middleton — Australia —	2.34,8
10.	Nagashimi — Japonia —	2.35,4

KOBIETY

100 m stylem dowolnym

Rekord świata
— Gastelaars — Holandia 1.04,0 (1956)
Rekord Europy
— Gastelaars — 1.04,0 (1956)
Rekord Polski
— Szulc 1.08,0 (1956)

1.	Frazer — Australia —	1.04,5
2.	Leech — Australia —	1.04,6
3.	Crapp — Australia —	1.04,8
4.	Gyenge — Węgry —	1.05,2
5.	Gastelaars — Holandia —	1,05,5
6.	N. Myburgh — Płd. Afr. —	1.06,2
7.	Klomp — NRF —	1.06,2
8.	J. Myburgh — Płd. Afr. —	1.06'4
9.	Gibson — Australia —	1.06,8
10.	Szöke — Węgry —	1.06,8

400 m stylem dowolnym

Rekord świata
— Hveger — Dania 5.00,1 (1940)
Rekord Europy
— Hveger — Dania 5.00,1 (1940)
Rekord Polski
— Werakso 5.34,1 (1955)

1. Crapp — Australia — 5.04,2
2. Frazer — Australia — 5.07,9
3. Gyenge — Węgry — 5.10,9
4. Roe — Nowa Zelandia — 5.13,7
5. Werther — NRF — 5.15,5
6. Frost — Francja — 5,16,2
7. R. Szekely — Węgry — 5,16,6
8. N. Myburgh — Płd. Afr. — 5.17,7
9. Griffin — N. Zelandia — 5.18,9
10. Roberts — Płd. Afryka 5.19,1

100 m stylem grzbietowym

Rekord świata
— Kint — Holandia 1.10,9 (1933)
Rekord Europy
— Kint — Holandia 1.10,9 (1933)
Rekord Polski
— Olejnik 1.15,7 (1955)

1. Pajor — Węgry — 1.13,7
2. de Nijs — Holandia — 1.14,2
3. Grinham — Anglia — 1.14,5
4. Harrison — Płd. Afryka — 1.15,4
5. Schmidt — NRF — 1.15,4
6. Coone — USA — 1.16,1
7. Aberneth — Płd. Afryka — 1.16.4
8. Schneider — NRF — 1.16,4
9. Szasz — Węgry — 1,16,6
10. Verney — Płd. Afryka — 1,16,8

Milnikiel — Polska — 1.16,8

200 m stylem klasycznym

Rekord świata
— Limit 2.48,5
Rekord Europy
Rekord Polski
— Gryka-Jera 2.57,7 (1954)

1. Killerman — Węgry — 2.54,7
2. Wolff — NRF — 2.55,6
3. Happe-Krey — NRF — 2.56,1
4. Voigt — NRD — 2.57,7
5. Karpathi — Węgry — 2.58,5
6. Ten Elsen — NRD — 3.01,1
7. Littomeritzky — Węgry — 3.01,6
8. Gawrysz — ZSRR — 3.02,1
9. Thieme — NRF — 3.02,6

100 m stylem motylkowym

Rekord świata
— Voorbij — Holandia 1.11,9 (1956)
Rekord Europy
— Voorbij — Holandia 1.11,9 (1956)
Rekord Polski
— Klemińska 1.19,2 (1955)

1. Littomeritzky — Węgry — 1.14,8
2. Bainbridge — Australia — 1.16,8
3. Gyenge — Węgry — 1.16,9
4. R. Szekely — Węgry — 1.17,0
5. Künzel — NRF — 1.19,3
6. Langenau — NRD — 1.19,3
7. Werther — NRF — 1.19,4
8. Woronina — ZSRR — 1.19,6
9. Killerman — Węgry — 1.19,8
10. Winkler — NRF — 1.20,1

WYNIKI i CYFRY Z PŁYWALŃ ŚWIATA

Anglia

Międzypaństwowe spotkanie Anglia — Francja rozegrane w Smetwick wygrali Anglicy 86 : 82 dzięki swym pływaczkom. Niespodzianką zawodów było zwycięstwo Brockway'a nad Gilbert Bozonem na 100 y grzbiet. i porażka Eminente z Treillet na 100 y dow.

MĘŻCZYŹNI

100 y dow. — 1. Treillet (F) — 52,8, 2. Eminente (F) — 52,8, 3. Roberts (A) — 53,0, 4. Wiliams (A) — 53,0.

440 y dow. — L. Boiteux (F) — 4.45,2; 2. Colignon (F) — 4.52,7; 3. Rigby (A) — 4.59,0; 4. Baillie (A) — 5.10.4.

100 y grzbiet — 1. Brockway (A) — 1.00,0; 2. Bozon (F) — 1.00,3; 3. Sykes (A) — 1.00,0; 4. Coignot (F) — 1.00,8.

220 y żabką — 1. Walkden (A) — 2.42,2; 2. Broussard (F) — 2,43; 3. Magnolon (F) — 2.50,8; 4. Percy-Robb (A)— 2.51,0.

220 y mot. — 1. Pirolley (F) — 2.35,5; 2. Symonds (A) — 2.37,2.

4×200 y dow. — 1. Francja — 8.02,6; Anglia — 8.09,4.

4×100 y st. zmiennym — 1. Anglia — 3.57,4; 2. Francja — 3.58.4.

KOBIETY

100 y dow. — 1. Ewart (A) 1.02,8; 2. Frost (F) — 1.02,8; 3. Barry (A) 1.03,0; 4. Arene (F) — 1.04,0.

440 y dow. — 1. Frost (F) — 5.20,2; 2. Wilkinson (A) — 5.32,4; 3. Sendral (F) — 5.40,8; 4. Clerke (A) — 5,57.

100 y grzbiet — 1. Grinham (A) — 1.05,2; (rek. A); 2. Edwards (A — 1.08,0; 3. Sendral (F) — 1.09,5; 4. — Bossuot (F) — 1.11,2.

100 y mot. — 1. — Morton (A) — 1.09,8; 2. O. Lusien (F) — 1.13,0.

220 y żabką — 1. Gordon (A) — 2.57,4 (rek. Anglii); 2. M. Grundy (A) — 3.01,6; 3. Derommelaere (F) — 3.07,0; 4. — Hirt (F) — 3.08,0.

4×100 y st. dow. — 1. Francja — 4.10,6; 2. Anglia — 4.13.

4×100 y st. zmniennym — Anglia — 4.37,4; Francja — 4.43,2.

Jugosławia

Jericevic ustanowiła rekord kraju na 100 m żabką — 1.22,8. Na tych samych zawodach Niegusz przepłynął 100 m dow. 59,0, Jeger — 200 m dow. — 2.15,5 oraz Kuczar 100 m mot. 1.10,4.

W Lublianie (pływalnia (33,33 m) Jericevic poprawiła własny rekord krajowy na 200 m żabką 2.59,9 na 2.57, 2. 4×100 m zmiennym — Węgry — 5.09,7.

Francja

Pirolley ustanowił rekord Francji na 200 m mot. — 2.28,4 (stary rekord wynosił 2.30,6).

NRF

Hamburg. W czasie międzynarodowych zawodów z udziałem ekipy węgierskiej zanotowano trzy niespodzianki. Magyar został pokonany na 100 m grzbiet przez Mierscha (N. Zach.) a Happe-Krey zwyciężyła na 200 m żabką Klarę Killerman (Węgry). Mistrzyni olimpijska Szöke zajęła na 100 m dow. trzecie miejsce.

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. Nyeki (W) 58,5.

100 m grzbiet — 1. Miersch (N. Zach.) — 1.07,5; 2. Magyar (W) — 1.08,7;

4×100 m zmiennym — Węgry — 4.27,0.

KOBIETY

100 m dow. — 1. Gyenge (W) — 1.06,4; 2. Klomp (N. Zach.) — 1.07,3; 3. Szöke (W) 1.07,4.

200 m żabką — 1. Happe (N) — 2.56,1; Killerman (W) — 2.56,4.

Bonn. Manfred Mäsel uzyskał na 200 m mot. czas lepszy od rekordu Europy — 2.24,0 (rek. Europy) — 2.24,7 należał do Węgra Tumpeka).

1 500 m dow. — Fugger (NRF) — 19.38,7.

Karlsruhe, Norderney (basen 25 m)

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. — Link — 59.3;

200 m dow. Link — 2.17,4, Dahlstrom — 2.16,7, Krecker — 2.17,4;

100 m grzbiet — Wedler — 1.08,9, Krecker — 1.09,9, Miersch — 1.10,7.

100 m mot. — Katzorke — 1.07,4; Giera — 1.07,6, Link — 1.09,9; Dahlstrom — 1.09,9, Lieser — 1.09,9.

200 m żabką — Sutter — 2.42,8; Bodinger — 2.43,6.

KOBIETY

400 m dow. Brumer — 5.45,6.

100 m mot. Hoffman — 1.22,4

CSR

Gottwaldowo

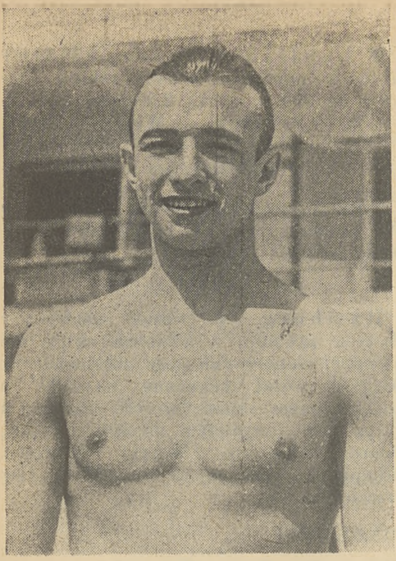
100 m mot. Dubrowa — 1.09,8.

Szwajcaria

Lozanna. L.E.N.A. na ostatnim posiedzeniu zatwierdziła następujące rekordy Europy:

MĘŻCZYŹNI

200 m dow. Wardropp (Anglia) — 2.03,4
400 m dow. Romani (Włochy) — 4.30,0
1 500 m dow. Zaborszky (Węgry) — 18.36,9
100 m grzb. Bozon (Francja) 1.02,1
100 m mot. Tumpek (Węgry) — 1.02,0
200 m mot. Mäsel (NRF) — 2.24,0
100 m żabką — Fritsche (NRD) — 1.09,0
200 m żabką Gleie (Dania) — 2.35,0
400 m st. zmiennym Strużanow (ZSRR) — 5.15,4



Sorokin, jeden z najlepszych dowolistów świata

Foto Nogaj

KOBIETY

100 m dow. Gastelaars (Holandia) — 1.04,0
1 500 m dow. de Nijs (Holandia) — 20.46,5
100 m mot. Voorbij (Hol.) — 1.11,9
200 m mot. Langenu (NRD) — 2.48,8
400 m zmiennym E. Szekely (Węgry) — 5.40,8
4×100 m zmiennym (Węgry) — 4.57,8

ZSRR

Rekordzista Europy i świata na 400 m stylem zmiennym Strużanow ustanowił nowy rekord ZSRR na 100 m mot. — osiągając szósty wynik w historii pływania — 1.03,6.

Na listy najlepszych w historii pływania wpisał się również drugi zawodnik radziecki — Sorokin, który poprawił rekord Uszakowa na 200 m dow. i Bałandina na 100 m dow. Sorokin uzyskał na *100 m dow. — 56,2*, który to czas jest drugim rezultatem w Europie. Oto międzyczasy: 25 m — 12,4; 50 m — 26,8 (14,4); 75 m — 41,7 (14,9); 100 m — 56,2 (14,5); Na *200 m dow.* rezultat Sorokina wynosi — 2.05,9 (50 m — 28,6); 100 m — 1.00,8 (32,2); 150 m — 1.33,6 (32,3) 200 m — 2.05,9 (32,3).

Turniej skoków do wody rozegrany w Moskwie z udziałem zawodników Szwecji zakończył sę pełnym sukcesem gospodarzy.

MĘŻCZYŹNI

Trampolina: 1. Udałow — 171,90; Brenner — 159,75; Johansson (Szwecja) — 132,30.

Wieża: Czaczba — 152,76; 2. Bielyj — 151,63.

KOBIETY

Trampolina: 1. Czumiczewa — 136,58; 2. Badinger (Szwecja) — 126,55; 3. Krutowa — 117, 87.

Wieża: 1. Karakaszianc — 88,95; 2. Gorochowskaja — 77,42; 3. Zigałowa — 75,94; 4. Hansen (Szwecja).

Włochy

Triest. Międzypaństwowe spotkanie w piłce wodnej Włochy — Rumunia zakończyło się zwycięstwem gospodarzy 3 : 1 (2 : 0). Przy okazji przypominamy, że zespół rumuński trenowany jest przez ex-internacjonała Węgier, Vertesi.

Szwecja

Pływacy szwedzcy ustanowili w Eskilstuna (25 m) dwa rekordy: 200 m grzbiet. mężczyzn — Andersson — 2.24,4 oraz 100 m dow. kobiet — Kate Jobson — 1. 07,4.

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. — Voldum — 59,0; H. Lindström — 59,1; Göran Larsson — 59,5.
400 m dow. — Lars Eriksson — 4.46,2; P. O. Eriksson — 4.47,6.
100 m mot. — Bo Larsson — 1.07,4; G. Bykrist — 1.15,8.

A oto najlepsze wyniki naszych przeciwników osiągnięte w 1955 roku.

KOBIETY

100 m dow. — K. Jobson — 1.07,4 (rekord Szwecji); 2. A. Hellström — 1.09,2; 3. K. Larsson — 1.09,7 4. Peters — 1.10,4.
100 m mot. — B. Lundgvist — 1.19,5; 2. Slöberg — 1.25,5.
400 m dow. 1. Hellström — 5.21,2; B. Wangberg — 5.31,8.
100 m klas. — Jansson — 1.29,1; Segerström — 1.33,4.

Akademickie mistrzostwa Szwecji przeprowadzone w Upsali przyniosły następujące ciekawsze wyniki:

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. — 1. Olander — 59,6; C. Furberg — 59,6; 3. L. Brock — 59,6.
400 m dow. — 1. König — 4.55.3; 2. L. Brock — 5.00,8.
200 m klas. — 1. O. Allard — 2. 52,8.
100 m grzbiet. — Olander — 1.11,6.
100 m mot. — Malmberg — 1.12,1.

KOBIETY

100 m dow. — 1. E. Verde — 1.21,9.
100 m grzbiet. — E. Verde — 1.21,8.
200 m klas. — E. Verde — 3.46,8.

W pozostałych zawodach na terenie Szwecji uzyskano następujące rezultaty:

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. 1. G. Larsson — 57,3; 2. H. Linström — 58,5; 3. H. Westeson — 59,0; 4. Carllsson — 59,5.
400 m dow. 1. G. Karlson — 4.45,1; 2. Ostrand — 4.46,2; 3. Erikson 4.50,0; G. Larson — 4,50.
1 500 m dow. — 1. Hemlin — 19.35,0; 2. Erikson — 19,37,2; 3. C. Junefelt — 19.49,8; 4. König — 20.00,2.
100 m grzbiet — 1. Anderson — 1.07,8; 2. Helsing — 1.09,3 3. G. Larson — 1.09,3; 4. Furberg — 1.10,1.
200 m klas. — 1. R. Junefelt — 2.40,3; 2. Karlsson — 2.43,1; 3. Brock — — 2.44,4; 4. Junefelt — 2.45,9.
200 m mot. — 1. Larson — 2.38,6; 2. Dahl — 2.40,6; 3. J. O. Larson — 2.44,8; 4. Karlson — 2.46,4.

KOBIETY

100 m dow. — 1. Jobson — 1.08,4; 2. Hellström — 1.08,8; 3. Peters — 1.09,6; Lundquist — 1.10,8,
400 m dow. — 1. Hellström — 5.24,6; 2. K. Larson — 5.31,9; 3. Peters — 5.36,1; 4. Lundquist — 5.40,4.
100 m grzbiet. — 1. Ljungren — 1.17,8; 2. Varde — 1.17,9; 3. M. Westeson — 1. 18,0; 4. Krook — 1.20,7.
200 m klas. — 1. M. Pavoni — 3.01,6; 2. Wester — 3.03,7; 3. Petterson — 3.07,6; 4. Mattson — 3.08,3.
100 m mot. — 1. B. Lundquist — 1.19,4; 2. Sjöberg — 1.22,3; 3. Eklund — 1.24,3; 4. Peters — 1,24,9.

Rumunia

Najlepsze wyniki za 1955 r.

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. — 1. Nowac — 58,3; 2. Bock 59,1; Papa — 1.00,0; 4. Rujiński — 1.01,1;
400 m dow. — 1. Meder — 4.48,2; 2. Rujiński — 4.58,4; 3. Bock — 5.00,0; 4. Hospodar — 5.01,4.
1 500 m dow. — 1. Meder — 20.03,6; 2. Rujiński — 20:37,0; 3. A. Jonescu — 20.49,6; 4. Hospodar — 20.50,4.
100 m grzb. — Mandoiu — 1.09,3; 2. Enache — 1.13,2; Kamiński — 1.13,9; 1. Jonescu — 1.14,6.
200 m klas. — 1. Heitz — 2.39,5; 2. Mitrofan — 2.41,0; 3. Oanta — 2.43,4; 4. Schmaltzer — 2.50,4.
200 m mot. — 1. Popescu — 2.28,9; 2. Zahan — 2.45,6; Olaru — 2.48,1; 4. Vladuta — 2.56,8.

KOBIETY

100 m dow. — 1. Platon — 1.11,6; 2. Orosz 1.14,3; 3. Kiss — 1.17.4; 4. Rothe — 1.17,7.
400 m dow. — 1. Platon — 5.35,7; 2. Orosz — 6.03; 3. Bock — 6.05; 4. Wittgenstein — 6.14,4.
100 m grzb. — 1. Both — 1.17,4; 2. Orosz — 1.20,1; 3. Lukasz — 1.26,6; 4. Wittgenstein — 1,28,2.
100 m mot. — 1. Bratu — 1.25,6; Orosz — 1.26.5; 3. Graeff — 1.27,4; 4. Platon — 1.28,7.
200 m klas. — 1. Rosetti — 3.04,2; 2. Mangezius — 3.09,4; 3. Orosz — 3.10,4; 4. Bratu — 3.15,6.

Węgry

Budapeszt. — Pływacy węgierscy znajdują się w pełni startów. Przynajmniej dwa razy w tygodniu organizowane są w Budapeszcie zawody. Ze względu na konieczność jak najlepszego zestawienia sztafety olimpijskiej 4×200 m dow. sztczególnie często pływane jest 200 m dow. Oto 10 najlepszych wyników uzyskanych na tym dystansie na 50-m basenie.

1. Nyeki 2.10
2. Domotor 2.10,8
3. Zaborszky 2.12
4. Csordas 2.12
5. Till 2.12,2
6. Kadas 2.13,1
7. Ats 2.13,8
8. Dobay 2.13,8
9. Kettesi 2.14,3
10. Gyorfi 2.14,9

A więc czasy pierwszej czwórki dowodzą, że Węgrzy już w chwili obecnej

dysponują sztafetą zdolną przepłynąć w 8.44.

Najwyższą formę w stosunku do ub. r. uzyskał Ats — zadziwia on wszechstronnością. Oto jego najlepsze tegoroczne wyniki uzyskane na 50-m pływalni: 100 m mot. — 1.03,2; 200 m mot. 2.25,9; 400 m dow. 4.37,0.

Największą wartość posiada wynik na 200 m mot. Jest to czwarty z kolei wynik w historii świata, uzyskany na 50-metrowym torze.

Tylko 6 pływakom udało się na długiej pływalni zejść poniżej 2.30, i tak:

1. Yorzyk USA — 2.20,0
2. Isimoto Jap. — 2.23.8
3. Tumpek W. — 2.24,6
4. Ats W. — 2.25,9.
5. Nagasawa Jap. — 2.28,6
6. Weber NRF — 2.29,4

Węgierscy waterpoliści ze względu na przygotowania olimpijskie przeprowadzają w tym roku rozgrywki o mistrzostwo I ligi w jednej rundzie. Po 5 kolejkach w tabeli prowadzi niespodziewanie Vasas — Budapeszt 8 pkt. przed Kinizsi, Honved i Dozsą (wszystkie drużyny Budapeszt) mającymi po 7 pkt.

Oto tabela najlepszych wyników w histori pływania na:

100 m mot.

1.00,9	Nagasawa (Japonia) —	1956
1.01,5	Wiggins (USA) —	1955
1.02,0	Tumpek (Węgry) —	1954
1.03,2	Ats (Węgry) —	1956
1.03,4	Ishimoto (Japonia) —	1955
1.03,6	Strużanow (ZSRR) —	1956
1.04,4	Popescu (Rumunia) —	1955
1.04,5	B. Larson (Szwecja) —	1955
1.04,7	Samuhel (CSR) —	1955
	Nelson (USA) —	1955

200 m dow.

2.03,4	Wardrop (Anglia) —	1955
2.03,9	Konno (USA) —	1954
2.04,6	Marschall (Australia) —	1950
2.04,7	Wolsey (USA) —	1956
2.05,2	Chapman (Australia —	1956
2.05,3	Hendricks (Australia —	1956
2.05,4	Jany (Francja) —	1946
2.05,8	Moore (USA) —	1952
2.05,9	Sorokin (ZSRR) —	1956

100 m dow.

54,8	Cleveland (USA) —	1954
55,2	Aubrey (Australia) —	1956
55,4	Ford (USA) —	1954
55,5	Henricks (Australia) —	1956
55,8	Jany (Francja) —	1947
56,2	Sorokin (ZSRR) —	1956
56,3	Kadas (Węgry) —	1951
56,4	Fick (USA) —	1953
56,4	Tani (Japonia) —	1955
56,5	Chapman (Australia) —	1956

Doniosłe postanowienia FINA w Lozannie

W pierwszych dniach czerwca odbyła się w Lozannie, pod przewodnictwem Mario Negri (Buenos Aires), sesja komisji wykonawczej Międzynarodowej Federacji Pływackiej (FINA). Tematem obrad był między innymi olimpijski turniej piłki wodnej w Melbourne, do którego zatwierdzono zgłoszenia 15 krajów: USA, Holandii, Anglii, Węgier, Włoch, Jugosławii, Niemiec, ZSRR, Rumunii, Australii, Brazylii, Egiptu, Indonezji, Nowej Zelandii i Singapuru.

Turniej postanowiono rozegrać systemem w 2 rundach. W pierwszej rundzie zostaną utworzone 4 grupy, z których do drugiej rundy zakwalifikują się po dwa zespoły. Druga runda będzie rozegrana z kolei w dwóch grupach, z których znowu po 2 najlepsze wejdą do puli finałowej, pozostałe rozegrają turniej o miejsca od 5 do 8. Siedem wyeliminowanych w pierwszej rundzie drużyn rozegra turniej pocieszenia o miejsca od 9 do 15.

Na sędziów turnieju wyznaczono: Julien Bauwena (Belgia), Thomas Batalle (Hiszpania), Sama Zuckermanna (Szwecja), oraz Segurę (Argentyna) i Maurice Laurenta (Francja).

W sprawie zawodów pływackich w Melbourne ustalono, że temperatura wody musi być utrzymana między 23 i 25 stop. ciepła. Dużym usprawnieniem w mierzeniu czasów będzie wprowadzenie nowej zautomatyzowanej aparatury chronometrażowej firmy Omega.

Na Kongresie FINA w Melbourne — Komisja Wykonawcza wystąpi z podjętym na sesji wnioskiem o uznawanie rekordów świata ustanawianych tylko w basenach długości 50 metrów lub 55 yardów.

Należy się spodziewać, że Kongres FINA w Melbourne zaakceptuje to postanowienie Komisji Wykonawczej. Interesujące jest również, jak zostanie załatwiona sprawa dotychczasowych rekordów. Przedstawiciel USA oświadczył, że jego Federacja zgodzi się pod warunkiem, że dotychczasowe rekordy, osiągnięte w basenach 25 m lub 25 y zostaną zachowane. Rozwiązaniem byłoby zdaniem fachowców prowadzenie oddzielnej tabeli najlepszych wyników, uzyskanych na małych basenach.

Przed FINA stoi m. in. jeszcze jeden nie rozwiązany problem, mianowicie sprawa basenów słodko- i słonowodnych. Należy przypuszczać, że i w tej materii prędzej czy później zostaną podjęte odpowiednie uchwały.

Komisja Wykonawcza podjęła jeszcze jedno ważne ze względu na zbliżające się igrzyska postanowienie. Odtąd każda zawodniczka będzie mogła reprezentować barwy tego kraju, którego obywatelem jest jej mąż. Jako ilustrację do tego postanowienia, FINA cytuje wypadek Węgierki Ewy Nowak, która przez małżeństwo z red. Gerardem będzie mogła reprezentować na Igrzyskach w Melbourne, Belgię.

Na zakończenie sesji Komisja Wykonawcza zatwierdziła 43 nowe rekordy świata, z których najważniejszym jest czas 18.05,9 na 1 500 m George Breena, ustanowiony w basenie New haven 29 marca 1956 r.

MĘŻCZYŹNI

100 y dow. Aubrey Australia 49,0
100 y dow. Moore USA 48,9
880 y dow. Rose Australia 9.34,3
1500 m dow. Breen USA 18.05,9
1 mila (1760 y) Breen USA 19.40,4
100 y mot. Wiggins USA 54,4
200 m mot. Nagasawa Jap. 2.19,3
200 m mot. Yorzyk USA 2.16,7
220 y mot. Nagasawa Jap. 2.20,3
220 y mot. Nagasawa Jap. 2.19,4
220 y mot. Yorzyk USA 2.18,7
4×100 y zmn. North Carolina USA 3.46,0 (Sonner, Fadgen, Nelson, McIntyre)

KOBIETY

100 m dow. Frazer Australia 1.04,6
100 m dow. Gastelaars Hol. 1.04,2
100 m dow. Gastelaars Hol. 1.04,0
200 m dow. Frazer Australia 2.20,7
220 y dow. Frazer Australia 2.21,2
440 y dow. Crapp Australia 5.06,7
440 y dow. Crapp Australia 5.05,9
800 m dow. Crapp Australia 10.30,9
880 y dow. Crapp Australia 10.34,6
100 y mot. Mann USA 1.04,1
100 m mot. Voorbij Hol. 1.11,9
4 × 100 y dow. Lafayette USA 3.56,3 (Rosazza, Croker, Lowe, Hugues)
4 × 100 y zm. Walter Reet USA 4.23, (Mann, Sears, Mullen, Werner).

Równolegle z sesją Komisji Wykonawczej FINA odbyło się posiedzenie Komisji Wykonawczej Związku Europejskiego (LENA)), na której omówiono szczegóły organizacji turnieju piłki wodnej o Puchar Europy (Trofeo d'Italia), mającego się odbyć w dniach 13—18 sierpnia w Zagrzebiu (Jugosławia), do udziału w którym zostały dopuszczone Węgry, Włochy, Holandia, Związek Radziecki, Rumunia i Jugosławia z tym, że NRD i Anglia będą mogły uczestniczyć w charakterze ew. zastępców.

E. C.

Moje pierwsze i ostatnie zwycięstwo nad Kazimierzem Bocheńskim

ROK 1927, WARSZAWA

Na nowej pływalni warszawskiego AZS-u, na Jeziorze Kamionkowskim w Parku Paderewskiego, grono zaawansowanych zawodników odbywa trening.

Są tam: wielokrotny mistrz Polski na różnych dystansach w latach 1923—27 inż. Jan Matysiak (obecnie profesor Politechniki Warszawskiej), wielki entuzjasta sportu pływackiego — adwokat Bogdan Baranowski (zginął w r. 1939 w obronie Warszawy), Marian Chęciński (późniejszy wiceprzewodniczący PZP a obecnie radca prawny Instytutu Ekonomicznego w Warszawie), Zygmunt Wieliński (obecny trener pływania), Wacław Moritz (senior pływactwa polskiego) — oraz ja — tzn. autor niniejszego wspomnienia.

W pewnej chwili zjawia się na basenie skromny, dobrze zbudowany młodzieniec. Pilnie obserwuje nasz trening i prosi byśmy zechcieli i jemu zmierzyć czas na 50 m. Zdziwiło nas to trochę i zupełnie w dobrej wierze ostrzegaliśmy sympatycznego chłopca — nie bez ironii — iż u nas na basenie jest wyłącznie głęboka woda i nie umiejącym pływać grozi to „śmiercią".

Nie dał się nastraszyć. Stanął na starcie. Wacek Moritz przycisnął stoper, a my wszyscy otworzyliśmy usta z podziwu, gdy zobaczyliśmy upartego młodzieńca prującego wodę.



Od lewej stoją: T. Makowski, Matysiak i Bocheński

Przepłynął! Czas 37,5! Pierwszy czas w jego życiu. Toć to talent „nie z tej ziemi".

— Chłopie! Jak się nazywasz? Zacznij uczęszczać na treningi, będziemy pływali razem!

Usłyszeliśmy krótką odpowiedź: — Dobrze, będę przychodził, nazywam się Kazimierz Bocheński.

Od tej chwili zaczęła się błyskawiczna kariera Kazika, tak bowiem nazywaliśmy go w gronie kolegów i przyjaciół.

Później, w jednej z wielu następnych pięćdziesiątek, jakie przepłynął w swoim życiu, Kazik ustanowił nowy rekord Polski w czasie 27,4, który dotrwał aż do czasów powojennych.

W trzy tygodnie po wyżej wspomnianym fakcie, Bocheński brał już oficjalnie, jako młody junior Sekcji Pływackiej warszawskiego AZS, udział w zawodach, które w owym czasie nazywały się „Pierwszym Krokiem Pływackim". Przepłynął wówczas 100 m stylem dowolnym w czasie 1.21,5 zajmując trzecie miejsce. Muszę się pochwalić — w tych zawodach startowałem i ja. Odniosłem pierwsze zwycięstwo nad Kazikiem, ale niestety i ostatnie!

Kazik robił tak szybkie postępy, że zaledwie w trzy lata potem, będąc już w Gandawie na studiach, ustanowił rekord Polski na 100 m stylem dowolnym w czasie 1.00,4, który również dotrwał aż do czasów powojennych.

Zjednało to mu wówczas sławę nie tylko w Polsce ale i na całym świecie. Nie było żadnych — wątpliwości — należał do najlepszych pływaków europejskich.

Do dalszych wspomnień na temat wspólnych przeżyć sportowych z Kazikiem powrócę jeszcze na łamach naszego pisma.

MAKOWSKI TADEUSZ
Trener państwowy I kl. pływania i piłki wodnej

Z ŻYCIA SEKCJI

Prezydium Sekcji Sportu Pływackiego GKKF podjęło na posiedzeniach w miesiącu czerwcu następujące ważniejsze uchwały:

Na podstawie opinii WKKF Wrocław, stwierdzającej wyraźną poprawę postępowania, wykazaną przez N a b o r c z y k a Zdzisława w okresie odbywania kary dyskwalifikacji, uznając równocześnie jego poważny wkład pracy w rozwój sportu pływackiego na terenie Wrocławia przed dyskwalifikacją, Prezydium Sekcji postanowiło darować mu dalszą karę.

Prezydium Sekcji uchyliło karę dwuletniej dyskwalifikacji nałożoną przez koło ZS Stal przy Hucie Baildon na zawodnika M u s i a ł a Alfonsa.

Na wniosek Zarządu Wojewódzkiego ZS Gwardia Kraków postanowiono zawiesić karę rocznej dyskwalifikacji nałożoną na zawodnika piłki wodnej K ę k u s i a Włodzimierza.

Prezydium Sekcji uchyliło karę 6-miesięcznej dyskwalifikacji nałożoną przez ZS Start na zawodniczkę K a s z o w i c Krystynę.

Do programu mistrzostw Polski Juniorów i Młodzików, które odbędą się w dniach 11—13. VIII. 1956 r. w Opolu lub Bielsku wprowadzono następujące zmiany:

SKREŚLONO KONKURENCJE

Juniorzy

Mężczyźni	Kobiety
200 m delfin	100 m delfin
50 m st. grzbiet.	400 m st. zmien.
50 m st. dowolnym	50 m delfin
100 m delfin	50 m st. grzbiet.

Młodzicy

Chłopcy	Dziewczęta
50 m st. dowolnym	100 m delfin
50 m delfin	50 m st. grzbiet.
100 m delfin	50 m st. dowolnym
50 m st. grzbiet.	400 m st. zmien.
	50 m delfin

DODANO NASTĘPUJĄCE KONKURENCJE

Juniorzy

200 m st. motylk.	100 m st. motylk.
200 m st. grzbiet.	200 m st. grzbiet.
200 m st. dowolnym	400 m st. dowolnym
100 m st. motylk.	

Młodzicy

200 m st. grzbiet.	200 m st. grzbiet.
100 m st. motylk.	100 m st. motylk.
200 m st. dowolnym	400 m st. dowolnym

Sekcja Sportu Pływackiego GKKF przystąpiła do opracowania projektu nowych norm klasyfikacyjnych. W związku z tym prezydium postanowiło do chwili zatwierdzenia i ogłoszenia nowych norm nie rozpatrywać wniosków o nadanie tytułu Mistrza Sportu.

Projekt nowych norm klasyfikacyjnych zostanie ogłoszony w najbliższym komunikacie Sekcji, celem przedyskutowania przez szeroki aktyw pływania.

Przypominamy terminy:

PŁYWANIE

1.VII.—31.VIII. Masowe zawody pływackie na wodach otwartych

21—22.VII Lipsk. Międzypaństwowe spotkanie w pływaniu, piłce wodnej i skokach do wody Polska—NRD

22.VII. Olsztyn. Długodystansowe Mistrzostwa Polski

3—6.VIII. Warszawa. Mistrzostwa Polski Seniorów

11—13.VIII. Opole lub Bielsko. Mistrzostwa Polski Juniorów i Młodzików

18.—19.VIII. Varsberg. Międzypaństwowe spotkanie w pływaniu, piłce wodnej i skokach do wody Polska—Szwecja

18—20.VIII. Budapeszt. Udział polskich zawodników w zawodach międzynarodowych.

25.VIII.—3.IX. — 3 spotkania pływackie juniorów węgierskich z polskimi na terenie Polski.

SKOKI DO WODY

28—29.VII. Praga — Udział polskich zawodników w międzynarodowym turnieju skoków do wody.

3—6.VIII. Warszawa — Mistrzostwa Polski Seniorów.

PIŁKA WODNA

28—29.VII. Warszawa, Stalinogród — V runda rozgrywek ligowych

31.VIII.—1.IX. Poznań, Bytom — VI runda rozgrywek ligowych.

Wśród nich szukajcie olimpijczyków

Prezydium Sekcji Pływania ustaliło kadrę narodową w pływaniu, piłce wodnej i skokach do wody na III kwartał 1956 r. w następującym składzie:

PŁYWANIE

Belczyk Edward — Flota
Boniecki Jerzy — CWKS
Gremlowski Gotfryd — Sparta
Kossowski Stefan — Sparta
Lewicki Józef — CWKS
Lutomski Jan — Sparta
Mroczkowski Jerzy — CWKS
Puchała Jan — CWKS
Tołkaczewski Antoni — Sparta
Boczkaja Edward — Gwardia
Kłopotowski Andrzej — Sparta
Mach Kazimierz — Flota
Kraska Leon CWKS
Lewandowski Witold — Flota
Raczyński Marian — Sparta
Rybacki Kazimierz — Sparta
Krieze Edward — CWKS
Cichocki Michał — Kolejarz
Jaśkiewicz Janusz — Stal
Lutomski Józef — Gwardia
Sambala Alojzy — CWKS
Derentowicz Adam — CWKS
Kuklok Piotr — CWKS
Nikodemski Lech — CWKS
Czubak Feliks — Sparta
Salamon Andrzej — Flota
Aluchna Bernard — Sparta
Majchrowicz Jan — CWKS
Kulicki Andrzej — Sparta
Mieszkowski Wacław — Sparta
Petrusewicz Marek — CWKS
Marciniak Janusz — CWKS
Woźny Tadeusz — Gwardia
Wojciechowski Marek — Sparta
Kociszewski Mieczysław — CWKS
Frendler Robert — Sparta
Kędzia Stanisław CWKS
Czyż Jerzy — Kolejarz
Cedro Bożena — Stal
Furnal Irena — Sparta
Kretek Urszula — Budowlani
Lubieniecka Magdalena — Stal
Pogorzałek Dorota — Budowlani
Szulc Krystyna — Gwardia
Werakso Irena — Kolejarz
Jera Irena — CWKS
Malinowska Emilia — Włókniarz
Jaśkiewicz Aleksandra — Kolejarz
Prochownik Władysława — Włókniarz
Aluchna Elżbieta — Sparta
Drożdżyńska Barbara — Gwardia
Klemińska Alicja — Stal
Milnikiel Irena — Kolejarz
Gellner Elżbieta — Górnik
Wiśniowska Stanisława — Flota
Paczuła Maria — Sparta
Trzecieska Jolanta — Kolejarz
Gawron Helena — Górnik
Kilka Irena — Stal
Dzik Halina — Sparta
Preiss Genowefa — Sparta
Boryska Gizela — Gwardia
Kucielowa Helena — Kolejarz
Kuwaczka — Górnik

SKOKI DO WODY

Bochynek Zenon — Gwardia
Jońca Jerzy — CWKS
Rękas Aleksander — Gwardia
Bochynek Henryk — Budowlani
Morawski Ryszard — Stal
Chrząszcz Halina CWKS
Skopek Stefania — Budowlani
Rotkiewicz Maria AZS
Wojczewska Danuta AZS

PIŁKA WODNA

Zimny Jan — CWKS
Szczypko Eugeniusz — CWKS
Zelman Jan CWKS
Czuperski Aleksander — CWKS
Jera Anatol — CWKS
Jaworski Bodgan — CWKS
Minartowicz Adam — CWKS
Glinka Herbert — Sparta
Gadzikiewicz Jerzy — Sparta
Frąckowiak Stanisław — Sparta
Szubarga Bogdan — Sparta
Czerwik Adam — Stal
Szymura Witold — Gwardia
Stodółka Jan — Gwardia



Krystyna Szulcówna ustanowiła ostatnio szereg rekordów Polski i w szybkim tempie dogania europejską czołówkę

Foto Nogaj

KILKA UWAG O ZANIEDBANEJ DYSCYPLINIE

OSTATNIE wyniki naszych młodych skoczków, wspaniała postawa 11-12-letnich chłopców na zawodach, zainteresowały tą piękną dyscypliną sportu prasę i większy ogół społeczeństwa. Dlatego też wydaje mi się, że pożyteczne będzie omówienie sytuacji rozwoju skoków do wody w naszym kraju w poprzednich latach, gdyż na ten temat prawie nic dotychczas nie napisano.

Zeszłoroczny Festiwal Warszawski, w którym udział brali tacy doskonali zawodnicy jak Capilla i Brenner, stał się decydującym momentem w historii skoków w Polsce. Wspaniała konkurencja, skoki w najdoskonalszym wydaniu, były najlepszą propagandą i lekcją dla młodzieży, jak również dla naszych czołowych zawodników. Niewątpliwie, skoczkowie nasi w konkursie festiwalowym wypadli bardzo słabo, ale już niekompromitująco.

Wnioski z Festiwalu muszą znaleźć swój oddźwięk w naszej pracy. Doświadczenia i wzory wyniesione z Festiwalu powinny znaleźć odpowiedni wyraz w pracy komisji skoków do wody Prezydium Sekcji Pływania. Przenieść je tylko trzeba na teren naszej pracy, nadać odpowiednią linię szkolenia, opartą na nowoczesnych wzorach, w oparciu o doświadczenia i obserwacje z II MISM.

Rok bieżący wyjątkowo bogaty w imprezy międzynarodowe i krajowe doskonale będzie nadawał się do sprawdzenia naszych dalszych postępów i wyciągnięcia konkretnych wniosków na przyszłość. Przyszłość, która już dzisiaj staje się rewolucją w rozwoju skoków.

Omówimy i poddamy krótkiej analizie imprezy z 1955 roku, pomogą nam one ocenić poziom skoków do wody w Polsce. Pierwsze zawody w skokach w r. 1955 i pierwsza tego rodzaju impreza w Polsce w ogóle, to Ogólnopolski Turniej w skokach do wody. Ujęcie w kalendarzu tego rodzaju imprezy było ryzykowne, mogło się nawet skończyć fiaskiem. W dotychczasowych zgłoszeniach do zawodów figurowało tylko 5—8 zawodników. Nazwiska te powtarzały się od kilku lat.

Turniej okazał się jednak wbrew przewidywaniom imprezą dojrzałą. Startowało około 80 zawodniczek i zawodników dostatecznie przygotowanych. Dwudniowy program zawodów dał nam pogląd, że jednak coś się robi. Wyniki techniczne były bardzo zróżnicowane. Wszystko to jednak w sumie pozostawiło po sobie przyjemne wrażenie i nastawiło nas optymistycznie. Wniosek — skoki ruszyły. Za zorganizowanie tej imprezy należą się słowa uznania inicjatorom, a w szczególności kol. Bogajewskiemu.

Mistrzostwa Polski w pływaniu i skokach, które odbyły się w Ostrowcu Świętokrzyskim, możemy określić jako dalszy ciąg turnieju. Startowała tylko klasa I. Jak na nasze możliwości względna ilość zawodników, lecz poziom skoków był zadowalający. Nie było już rażących błędów technicznych. Wszyscy byli dobrze przygotowani. Szczególnie mężczyźni osiągnęli dobre wyniki. Dwóch zawodników uzyskało około 135 pkt., co należy uważać za średni poziom w skali międzynarodowej. Lecz już zawody międzypaństwowe ze Szwecją, Austrią, Finlandią, CSR, oraz II MISM wykazały duże zaległości techniczne naszych skoczków w stosunku do międzynarodowego poziomu, a co gorsze całkowity brak opanowania nerwowego i wytrzymałości psychicznej.

Szukając przyczyn złego musimy się zapoznać z programem obozów przygotowawczych. Plan zajęć na obozie obejmował cztery godziny praktycznych zajęć na basenie i rozłożonych na dwie dawki dziennie. Po tygodniowym szkoleniu zawody kontrolne wykazały u wszystkich zawodników pewne obniżenie poziomu. To nie było zmęczenie fizyczne na skutek przemęczenia mięśni. Zmęczenie psychiczne, najczęściej spotykane zjawisko w treningu skoczka, spowodowane było mechanicznym programem zajęć, ograniczającym się do formalności ćwiczeń stosowanych. Skoki objęte programem pozbawione były dostosowania do indywidualności. Brak było ćwiczeń technicznych, brak podstawowego wyszkolenia.

Charakterystyczną cechą techniki skoku naszych zawodników jest efektowna ewolucja. Obserwacja zawodników zagranicznych przekonała nas jednak o konieczności koncentracji całego wysiłku na dynamice odbicia i skupieniu uwagi na poprawnym wejściu do wody. Program treningu na obozach ograniczał się wyłącznie do ćwiczeń na basenie, zaczynał się i kończył tym samym skokiem z poprzedniego dnia. W programach obozów szkoleniowych w skokach do wody jest konieczne umieszczenie w planie zajęć godziny gimnastyki specjalnej.

Ogólne wzmocnienie konstytucji skoczka, ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń wolnych — zwinnościowych i skocznych, jest nieodzowne nie tylko w nauczaniu, ale zasadnicze w treningu zawodnika. O znaczeniu ćwiczeń gimnastycznych — wolnych w skokach przekonał nas Capilla, który trening właściwy poprzedzał rozgrzewką na trawie, wykonując elementy ćwiczeń wolnych — zwinnościowych na najwyższym stopniu trudności. Dla przykładu podamy jedno z ćwiczeń — rundak salto proste w tył z pełną śrubą.

U naszych skoczków natomiast daje się odczuć całkowity brak przygotowania gimnastycznego. A więc w konkluzji musimy zwrócić większą uwagę naszych skoczków na sprawność osobistą.

Niesłuszne byłoby pominięcie II Ogólnopolskiego Turnieju w skokach do wody, który miał miejsce w pierwszych dniach października 1955 r. na pływalni Pałacu Młodzieży w Warszawie. Jak pierwszy Turniej napawał nas radością i pełnym optymizmem, tak II Turniej okazał się imprezą organizacyjnie nie udaną.

Tłumaczę to tym, że byliśmy zbyt zaabsorbowani kontaktami międzynarodowymi. Lecz ciekawi nas, co się stało z młodzieżą, która startowała na I Turnieju? Co robiła przez okres letni? Może nie miała warunków do treningu?

Otóż i to! W Polsce nie ma warunków do uprawiania skoków. Cała wina leży w braku sprzętu. Leży, bo nie ma komu zainteresować się założeniem nowych podstaw nawet na pływalni CWKS. A inne ośrodki sprzętu do skoków w ogóle nie widziały. Wiemy, że ma ruszyć masowa produkcja podstaw pod trampoliny i desek. Bez odpowiedniego sprzętu robota nie ruszy. No, bo jak długo można skakać z brzegu do basenu? Uczymy miesiąc, dwa, a nawet trzy, ale dalej to już potrzebna trampolina chociażby 1-metrowa.

W Łodzi instr. Przyborowski ma dużo chętnej młodzieży, która chciałaby się uczyć skoków, ale ZS „Unia" nie zgadza się na przeniesienie deski w okresie zimowym na basen MDK. Tego rodzaju przykładów nieudolności, domagających się ingerencji jest więcej.

Ale kto ma ingerować? Nam się zdaje, że leży to w kompetencji Komisji Skoków. Czas już najwyższy zacząć coś działać! Ale działanie to nie może ograniczać się do dwóch lub trzech osób. Trzeba uaktywnić ludzi, którzy naprawdę z pełnym sercem oddadzą się tej sprawie.



Skoczkowie do wody energicznie zabrali się do gimnastyki uzupełniającej. Stójkę ćwiczą Bochynek i Rękas (autor naszego artykułu)

A że ludzi mamy chętnych i zdolnych — wiemy o tym. Chociażby godny uwagi i uznania projekt sędziowania konkursu skoków podczas Festiwalu, stosowany przez kol. Górczewskiego, który niewątpliwie powinien znaleźć swój oddźwięk w Federacji Międzynarodowej.

Komisja Skoków winna zachęcić i wciągnąć do kolektywnej współpracy więcej ludzi. Winna ona:

— Nakreślić realny i samodzielny plan pracy.

— Stworzyć plan budżetowy pokrywający braki w sprzęcie.

— Zająć się szkoleniem kadr instruktorsko-trenerskich.

— Objąć kontrolę nad sprawami jednolitego programu i warunków szkolenia.

— Zająć się organizacją kursów unifikacyjnych, wymianą spostrzeżeń, doświadczeń i poglądów.

— Znaleźć drogę do zrzeszeń sportowych, które sprawę skoczków muszą traktować realnie, a nie żywiołowo.

Właśnie Komisja Skoków musi znaleźć winnych zaniedbań w Centrali Sprzętu Sportowego, która nie posiada w sprzedaży trampolin i winnych takim faktom, że na basenach odpowiadających tym wymogom brak jest przyrządów do skoków. Jeśli nowoukonstytuowana Komisja Skoków do wody zmobilizuje się do pracy, to takie imprezy, jaką był I Turniej będą się powtarzały częściej i będą stały na coraz lepszym poziomie.

O tym, że młodzież chce się uczyć skoków, udowodniły przeprowadzone w kwietniu br. mistrzostwa Warszawy. Były pod każdym względem rewelacyjne, udowodniły nam, że naukę skoków do wody należy rozpoczynać z dziećmi w wieku 8—13 lat.

Doświadczenia Pałacu Młodzieży w W-wie po niespełna 5 miesiącach zajęć, dały grupę młodzieży przygotowanej na dobrym poziomie.

III Ogólnopolski Turniej w Skokach, przeprowadzony w marcu 56 r. był ciekawą imprezą stojącą na wysokim poziomie. Skoczkowie ze Śląska — wychowankowie trenera Skorupki, jak również chłopcy z Pałacu Młodzieży w Warszawie zapowiadają się bardzo obiecująco.

Otoczyć ich właściwą opieką, nadać im właściwy kierunek szkolenia w oparciu o nowoczesne wzory wyniesione z Festiwalu, a już wkrótce możemy doczekać się zawodników dużej klasy.

ALEKSANDER RĘKAS
Mistrz Sportu

Z KRAJU

Warszawa — Korespondencyjne mistrzostwa Polski rozegrane na pływalni CWKS (basen 50 m) przyniosły następujące wyniki:

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. — I seria: 1. Puchała (CWKS) — 1.01,5, 2. Aluchna (Sparta) — 1.02,9, 3. Zelman (CWKS) — 1.03,9: II seria: 1. Kaniewski (Sparta) —1.10,2; 2. Grecki (Sparta) — 1.15,2; 3. Adamowski (CWKS) — 1.22,0;
100 m mot. — 1. Krieze (CWKS) — — 1.10,2; 2. Kraska (CWKS) — 1.11,0; 3. Słomkowski (Sparta) — 1.33,6.
100 m grzb. 1. Kędzia (CWKS) — 1.12,4; 2.Mariański (CKWS) — 1.12,7; Bartosiewicz (Start) — 1.23,9.
200 m klas. — 1. Kulicki (Sparta) — 2.55,0; 2. Wojciechowski (CWKS) — 3.01,0; 3. Makulec (Polonia) — 3.12,5.
400 m dow. — 1. Mieszkowski (Sparta) — 5.06,7; 2. Kiełczewski (Start) — 5.24,9; Mrówczyński (CWKS) — 5.43,9.

KOBIETY

100 m dow. — 1. Dzikówna (Sparta) — 1.17,2; 2. Runkowska (Polonia) — 1.21,5; 3. Trzecieska (Polonia) — 1.27,4.
100 m grzbiet. — 1. Chorosz (Polonia) — 1.30,6; 2. Gontarczyk — (Start) — 1.37,6; 3. Bikunt (Start) — 1.42,0.
100 m mot. — 1. Aluchna (Sparta) — 1.30,4; 2. Kącka (CWKS) — 1.43,8; 3. Szulakiewicz (Sparta) — 1.49,4.
200 m klas. — 1. Prochownik (Włókn.)— 3.04,4; 2. Janiszewska (Start) — 3.36,0.

Rada Główna ZS Stal przeprowadziła w dniach 7—10. VI. 1956 r. w Ostrowcu Świętokrzyskim centralne mistrzostwa w piłce wodnej. W turnieju brało udział 5 drużyn, rozgrywki prowadzono systemem gry „każdy z każdym". Ostateczna tabela przedstawia się następująco:

I.	Stal Ostrowiec	8 : 0	38 : 8
II.	Stal Szczecin	4 : 4	20 : 15
III.	Stal Stalinogród	4 : 4	20 : 23
IV.	Stal Gliwice	4 : 4	16 : 24
V.	Stal Poznań	0 : 8	11 : 35

Najlepszymi strzelcami mistrzostw byli zawodnicy:

Suchodolski, Ostrowiec — 20 bramek
Zubrzycki, Szczecin — 13 bramek
Piwko, Stalinogród 7 bramek

Dnia 20. V. 1956 r. w zawodach ćwierćfinałowych o Puchar CRZZ, w których startowały drużyny: Włókniarz Dzierżoniów, Budowlani Opole i Górnik — Marchlewski Bytom uzyskano następujące ciekawsze wyniki:

100 m st. grzb. Sławomira Berger, Włókniarz — 1.38,6.
200 m mot. Głowacki, Włókniarz — 2.59,2
200 m klas. Ewa Bąk, Górnik — 3.19,8
400 m dow Trauta Nowak, Górnik — 6.47,0.
100 m grzb. Joachim Hucz, Górnik — 1.18,0.
100 m mot. Irena Witkowska, Budowlani — 1.36,6.

W dniu 9. VI. 56 odbyły się we Wrocławiu wojewódzkie mistrzostwa w pływaniu głuchoniemych. Na uwagę zasługują następujące wyniki mężczyzn:

100 m dow. Polak (ur. 1940) — 1.17,4.
100 m klas. Manczur (ur. 1940) —1.49,5.

POLACY NA WĘGIERSKICH BASENACH

PŁYWACY kadry olimpijskiej, przebywający na obozie w Budapeszcie wzięli udział w zawodach, organizowanych przez Węgrów, w których uzyskano następujące wyniki (pływanie 50 m):

10 czerwca

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. 1. Kadas (W) — 58,6; 2. Mroczkowski (P) — 58,8; 3. Dobay (W) — 58,9; 4. Till (W) — 59,1; 5 Dömötör i Ats (W) po 59,6; Raczyński (P) — 100,4; 8. Lewicki (P) — — 1.02,1; 9. Gremlowski (P) — 1.02,4; 10. Kowacs (W) — 1,02,5.
200 m klas. — 1. Petrusewicz (P) — 2.43,7, 2. Kunsagi (W) 2.44,2; 3 — Fabian (W) — 2.44,6, Gyorgy (W) — 2.56,5
200 m mot. Raczyński (P) — 2.40,6
400 m dow. 1. Gremlowski — 4.44,7; 2. Lewicki — 4.51,0; 3 Sambala — 4.59,1; 4. Mroczkowski — 5.09,7.

KOBIETY

100 m dow. — Szulcówna — 1.08,0 (Rekord Polski).
200 m dow. 1. Sebö (W) — 2.32,3; 2. Szulcówna (P) — 2.35,2 (Rekord Polski) 3. Nowak Ilona (W) — 2.35,2; 4. Nagy (W) — 2.43,4.
100 m klas. — 1. Karpathi (W) — 1.24,8; 2 Jaśkiewiczowa (P) — 1.25,8; 3. Serfozo (W) — 1.26,4; 4. Bacs (W) — 1.26,6.

16—17 czerwca

MĘŻCZYŹNI

100 m dow. 1. Mroczkowski (P) — 58,9 2. Kadas (W) — 58,9; 3. Raczyński (P) — 1.01,0; 4. Ipacs (W) — 1,01,0; 5. Gyorfi (W) — 1.01,4; 6. Papp (W) — 1.01,8.
200 m dow. — 1. Csordas i Zaborszky (W) — 2.12,0; 3. Kettesi (W) — 2.14,3; 4. Gyorfi (W) — 2.14,9; 5. Lewicki (P) — 2.15,2; 6. Schuszter (W) — 2.18,4.
400 m dow. — 1. Zaborszky (W) — 4,35,9 (rek. Węgier), 2. Ats (W) — 4,37,0, 3. Till (W) — 4.41,0, 4. Gremlowski (P) — 4.44,8,, 5. Csordas (W) — 4.47,2, 6. Kettesi (W) — 4,50, 6.
200 m klas. — 1. Petrusewicz (P) — 2.45,9; 2. Fogarassy (W) — 2. 57,0.
100 m grzb. — 1. Müller (W) — 1.08,2, 2. Sambala (P) — 1.09,5; 3. Cichocki (P) — 1.09,7, 4. Soltesz (1.12,3).
200 m mot. 1. Ats (W) — 2.32,6, 2. Fejer (W) — 2,38,4, 3 Raczyński (P) — 2.39,1, 4. Fogarassi (W) 2,49,0.

KOBIETY

200 m klas. — 1. Karpathi (W) — 2.58,5, 2. Jaśkiewiczowa (P) — 3.02.8, 3. Jerowa (P) — 3,04,0, 4. Bacs (W) — 3.07,2.
400 m dow. 1. Sebö (W) — 5.22,0, 2. Csuhany (W) — 5.33,0, 3. Szulcówna — 5.36,0, 4. Nagy (W) — 5.41,2,
100 m grzb. — 1. Szasz (W) — 1.16,6, 2. Milnikielówna (P) — 1.16,8, 3. Karpathi (W) — 1.24,0.
100 m mot. — 1. Garay (W) — 1.20,8, 2. Doborghey (W) — 1.32,0.

Tabela międzypaństwowych spotkań

1927 r. Belgrad. CSR — Jugosławia — Polska 242 : 174 : 94
1928 r. Praga. CSR — Jugosławia — Polska 277 : 148 : 123
1929 r. Warszawa. CSR — Jugosławia — Polska 232 : 187 : 131
1929 r. Warszawa. Polska — Belgia 79 : 96
1930 r. Warszawa. Polska — CSR 51 : 50
1931 r. Praga. CSR — Polska 63 : 39
1933 r. Warszawa. Polska — CSR 44 : 58
1936 r. Wiedeń. Austria — Polska 60 : 46
1936 r. Warszawa. Polska — Austria 38,5 : 64,5
1938 r. Warszawa. Polska — Finlandia 91 : 82
1939 r. Helsinki. Finlandia — Polska 95 : 79
1948 r. Poznań. Polska — CSR 84 : 143
1949 r. Bukareszt. Rumunia — Polska 115 : 129
1950 r. Dietin. CSR — Polska 129 : 93
1951 r. Warszawa. Polska — NRD 101 : 117
1952 r. Usti n. Łabą. CSR — Polska 98 : 102
1953 r. Warszawa. Polska-Finlandia 86 : 51
1953 r. Berlin. NRD — Polska 121 : 114
1955 r. Warszawa. Polska — Szwecja 140,5 : 126,5
1955 r. Warszawa — Polska — Austria 175 : 107
1955 r. Helsinki. Finlandia — Polska 68 : 91
1955 r. Łódź. Polska — CSR 149 : 140

REKORDY POLSKI

na dzień 15 czerwca 1956 r.

MĘŻCZYŹNI

50 dow.	Mroczkowski Jerzy	CWKS Warszawa	0.26,6
100 dow.	Tołkaczewski Antoni	Sparta Wrocław	0.58,4
200 dow.	Tołkaczewski Antoni	Sparta Wrocław	2.10,4
400 dow.	Gremlowski Gotfryd	Sparta Bytom	4.39,8
800 dow.	Gremlowski Gotfryd	Sparta Bytom	10.01,0
1000 dow.	Gremlowski Gotfryd	Sparta Bytom	12.34,0
1500 dow.	Gremlowski Gotfryd	Sparta Bytom	18.51,7
3000 dow.	Gremlowski Gotfryd	Sparta Bytom	43.07,6
5000 dow.	Gremlowski Gotfryd	Sparta Bytom	1:15 01,2
50 klas.	Gorzkowski Jerzy	Kol.-Pol. Warszawa	0.36,5
100 klas.	Petrusewicz Marek	Stal Wrocław	1.09,8
200 klas.	Petrusewicz Marek	Stal Wrocław	2.37,4
400 klas.	Steciuk Wiktor	Gwardia Szczecin	5.53,6
50 mot.	Raczyński Marian	Sparta Stargard	0.29,3
100 mot.	Raczyński Marian	Sparta Stargard	1.07,8
200 mot.	Raczyński Marian	Sparta Stargard	2.34,4
400 mot.	Boczkaja Edward	Gwardia Kraków	7.39,4
50 grzb.	Sambala Alojzy	Stal Szczecin	0.31,8
100 grzb.	Jaśkiewicz Jan	Stal Warszawa	1.07,6
200 grzb.	Sambala Alojzy	Stal Szczecin	2.29,6
400 grzb.	Lutomski Józef	Sparta Poznań	5.30,5
400 zm.	Kossowski Stefan	Sparta Szczecin	5.32,3

REKORDY SZTAFET REPREZENTACJI POLSKI

sztafeta 4 x 200 m dow.	8.59,3	Tołkaczewski Gremlowski Mroczkowski Puchała
sztafeta 4 x 100 m zmiennym	4.28,9	Jaśkiewicz Derentowicz Raczyński Tołkaczewski

KOBIETY

50 dow.	Szulc Krystyna	Gwardia Poznań	0.31,5
100 dow.	Szulc Krystyna	Gwardia Poznań	1.08,0
200 dow.	Szulc Krystyna	Kolejarz Warszawa	2,35,2
400 dow.	Werakso Irena	Kolejarz Warszawa	5.34,1
800 dow.	Dzik Halina	Sparta	12.40,9
1000 dow.	Dzik Halina	Sparta	15.48,7
1500 dow.	Dzik Halina	Sparta	24.08,2
3000 dow.	Werakso Irena	Kolejarz Warszawa	51.25,2
50 klas.	Cedro Bożena	Stal Poznań	0.39,8
100 klas.	Mróz Aleksandra	Kolejarz Stalinogród	1.24,2
200 klas.	Gryka Irena	Kolejarz Warszawa	2.57,7
400 klas.	Gryka Irena	Kolejarz Warszawa	6.22,8
50 mot.	Klemińska Alicja	Stal Poznań	0.36,3
100 mot.	Klemińska Alicja	Stal Poznań	1.19,2
200 mot.	Klemińska Alicja	Stal Poznań	2.59,8
400 mot.	Gryszczyk Renata	Górnik Bytom	7.02,6
50 grzb.	Klemińska Alicja	Stal Poznań	0.41,2
100 grzb.	Olejnik Elżbieta	Gwardia Stalinogród	1.15,7
200 grzb.	Olejnik Elżbieta	Gwardia Stalinogród	2.46,0
400 grzb.	Milnikiel Irena	Budowlani Chorzów	6.05,7
400 zm.	Klemińska Alicja	Stal Poznań	6.19,9

REKORDY SZTAFET REPREZENTACJI POLSKI

sztafeta 4 x 100 m dow.	4.47,4	Cedro Klemińska Milnikiel Szulc
sztafeta 4 x 100 m zmiennym	5.13,7	Olejnik Mróz Klemińska Szulc

Cena zł 5.—

